# HOLÍSTICA

## Anais Do Congresso 2019

Holística


ISBN 978-65-00-25919-3

## Ficha Catalográfica:

V658h Vieira Filho, Henrique

Holística - Anais do Congresso V 1 - Nº 1
Henrique Vieira Filho: Sociedade Das Artes,
2021,78 p;

ISBN: 978-65-00-25919-3
ISSN 2763-7743

1. Anais. 2. Terapia. 3. Holismo.
4. Ética. 5. Congresso
I.Título. II. Organizador.

CDD: 318
CDU: 615.53

**Henrique Vieira Filho**
**Organizador**

ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6719-2559

**SOCIEDADE DAS ARTES**
**São Paulo - SP**
www.sociedadedasartes.com.br

# Editorial

Com o objetivo de elevar o patamar técnico profissional, o **CRT - Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística** idealizou o **Holística**, seu **Congresso Anual**, estabelecendo requisitos padrões ABNT para dissertações, como base para propositura de palestras.

O **Holística** iniciou em 1997, com a adesão dos maiores expoentes de cada área técnica da Terapia Holística.

Já nos anos 2000, o foco foi em criar oportunidades para novos palestrantes e temas inéditos.

Atualmente, constata-se um equilíbrio entre os já consagrados e a nova geração, propiciando aos congressistas um vasto leque de conhecimentos.

Os **Anais** já tiveram versões impressas, em livros com edições esgotadas, acumulando anos seguidos de palestras.

Esta nova publicação, em formato para internet, se propõe a resgatar os conteúdos anteriores, mesclando com os mais recentes, universalizando o alcance de materiais técnicos, de qualidade tal a possibilitar registros ISSN, DOI, possibilitando a inclusão nos currículos Lattes e Orcid.

Assim, a edição digital "Holística - Anais Do Congresso" assume o papel de mostrar ao mundo que a Terapia Holística tem seu lugar merecido junto aos periódicos científicos, como toda Profissão que exige técnica, metodologia e ética.



Henrique Vieira Filho
**MTB 0080467/SP**
**Jornalista Responsável**




**Homepage:**

www.terapiaholistica.com.br

**Contato:**

contato@terapiaholistica.com.br
(11) 982946468

**Organização:**

Sociedade Das Artes



# Índice

# Os Princípios do Reiki

**EULALIA FERNANDES**

**Terapeuta Holística - CRT 32899**



*“Quando a mente muda, o corpo não tem outra escolha senão mudar.” (Chopra, 2003, 213)*

# SUMÁRIO

## RESUMO

A apresentação enfoca os cinco princípios do Reiki, uma filosofia que tem por objetivo atuar sobre a qualidade de vida.

A metodologia de apresentação após um breve percurso histórico, enfoca cada um dos princípios em pauta e as práticas terapêuticas que podem ser desenvolvidas a partir desse conhecimento, mostrando sua atuação nos centros energéticos e meridianos.

As conclusões apontam para quanto o conhecimento e a vivência dos princípios do Reiki podem ajudar na manutenção do equilíbrio energético tanto do terapeuta como de seus clientes. Visam também mostrar como o Reiki teve desdobramentos importantes no decorrer das últimas décadas e ressaltam sua contribuição no rol das terapias holísticas.


## INTRODUÇÃO

Uma das bases do trabalho apresentado pela terapia holística é a de focar o indivíduo como o grande responsável por sua saúde e sua harmonia interior. Para o ocidental, no entanto, esta visão terapêutica é, muitas vezes, dificultada pela própria cultura que nos ensina a buscar o equilíbrio fora de nós mesmos: *"o cristão subordina-se à pessoa divina e superior, à espera de sua graça"* (Jung, 2001, 66). A cultura oriental, ao contrário, busca a força interior: *"o oriental sabe que a redenção depende de sua própria obra"* (idem, ibidem). A terapia holística baseia-se na filosofia oriental, como uma de suas principais referências, investindo na premissa de que cabe a cada um investir no seu próprio ponto de equilíbrio. Ao terapeuta, cabe propiciar, indicar ou facilitar o encontro do caminho ou dos caminhos que levem seu cliente a esse auto-conhecimento. Ao afirmar, portanto, que a terapia holística busca entender, restaurar ou preservar a saúde e a qualidade de vida, estamos, na verdade, considerando que cabe ao terapeuta holístico contribuir para incentivar e facilitar a busca desse caminho por seus clientes.

Pautando-se nestas diretrizes e sem a intenção de substituir métodos tradicionais, este artigo propõe apresentar uma contribuição significativa para a construção do conhecimento de princípios que sustentam a filosofia do Reiki[1], fundamental para a manutenção do equilíbrio do próprio terapeuta e de sua orientação em relação a seus clientes.

Para descrevermos estes princípios, dividimos a palestra em itens que obedecem aos pressupostos ditados pelas diretrizes das normas técnicas de apresentação, subdividindo, quando necessário, em subitens que componham melhor a distribuição de seu conteúdo. Assim, o primeiro capítulo é composto por esta introdução; o segundo capítulo versa sobre o material e a metodologia adotados para o desenvolvimento do tema, apresentando 3 subdivisões: instrumental teórico e dados,

fundamentação teórica e fundamentos da prática terapêutica; o terceiro capítulo apresenta resultados de estudos já realizados na prática terapêutica; o quarto capítulo discute resultados; o quinto apresenta as conclusões e, finalmente, no sexto, são feitas as referências bibliográficas. Não há apêndice ou anexos.

## 1. MATERIAL E METODOLOGIA

A metodologia da apresentação se subdivide em instrumental teórico e dados, fundamentação teórica e fundamentos da prática terapêutica para o exercício do Reiki.

2.1. Instrumental teórico e dados

As fontes consultadas foram eminentemente provenientes dos cursos de mestrado em Reiki e de livros que tratam de assuntos ligados à terapia holística, de modo geral. Os textos se fundamentaram essencialmente nos autores Chopra (2003), Harman et Sahtouris (2003), Jung et Wilhelm (2001), LeShan (1994), Lübeck et alii (2003 e 2004), Petter (1998, 2002), Petter et alii (2003), Sheldrake (in: Ebert et alii, 2002), cujas referências encontram-se nas referências bibliográficas.

Os estudos que exemplificam a prática terapêutica foram realizados pela observação direta em clientes que cederam os direitos de descrição, pelo levantamento de dados e pela análise dos resultados.

## 2.2. Fundamentação teórica

2.2.1. Aspectos gerais sobre a terapia holística e os princípios do Reiki

Os princípios do Reiki constituem, na verdade, a base de uma filosofia de vida. O objetivo é alcançar o bem-estar do corpo, da mente e do espírito através do exercício do pensamento sobre o estado de consciência. São cinco afirmações que serão comentadas em item posterior. O que importa, neste item, é mostrar como as técnicas de busca de recuperação ou manutenção da qualidade de vida, sob o enfoque em que se pauta este artigo, podem ser vitalizadas pela atuação de um comportamento mental que busca o equilíbrio interior, principal responsável pela saúde do corpo e do espírito. Sob este aspecto, o exercício voltado para a mentalização e atuação dos princípios do Reiki se enquadra perfeitamente nos princípios que regem a terapia holística: a busca de uma mente saudável para refletir-se na saúde do indivíduo, em geral.

Vários autores insistem em dar à mente e ao pensamento a responsabilidade por muitos de nossos desequilíbrios. Chopra (2003, 104) afirma que “nosso organismo é apenas o lugar que nossas memórias chamam de lar”. Afirma ainda o autor que o pensamento reflete-se em nossa imagem física:

...”os cientistas viram que cada acontecimento distinto no universo da mente – como a sensação de dor ou de uma intensa lembrança – desencadeia novo modelo químico do cérebro, não apenas em um ponto, mas em muitos. A imagem se

modifica a cada pensamento e, se fosse possível ampliar a imagem para o corpo todo, não restaria dúvida: ele também se modifica ao mesmo tempo, graças às cascatas de neurotransmissores e moléculas mensageiras afins. Como se pode ver agora, nosso corpo é a imagem física, em 3D, do que estamos pensando” (Chopra, 2003, 84).

Segundo o mesmo autor, que é terapeuta e filósofo ayurveda, a terapia ayurvédica mostra os mapas anatômicos não como órgãos internos, mas como o diagrama do fluido da mente enquanto cria o corpo. Afirma, ainda, que os antigos terapeutas da Índia, que também eram grandes sábios, viam o corpo como resultado da consciência e os tratamentos transcendiam o mal físico, pois buscavam o âmago da mente (id. ib., 16).

Assim, os conceitos apresentados atualmente pela terapia holística eram conhecidos há séculos e se perderam ou não chegaram a compor o pensamento ocidental. Felizmente, estão sendo resgatados e valorizados e começam a caracterizar também o pensamento contemporâneo. Chopra (id. ib., 101-2) cita experimentos realizados pela chamada ciência moderna ocidental:

..."pesquisadores descobriram recentemente que um neurotransmissor chamado imipramina é anormalmente produzido no cérebro de pessoas deprimidas. Enquanto localizavam a distribuição dos receptores de imipramina, eles se surpreenderam ao encontrá-los não apenas nas células cerebrais como nas da pele. Por que a pele criaria receptores para uma ‘molécula mental’? o que esses receptores da pele teriam a ver com a depressão? Uma resposta plausível é que a pessoa fica deprimida por inteiro – está com o cérebro triste, a pele triste, o fígado triste e assim por diante”.

Diante dessas constatações, acreditamos que uma terapia pautada numa atuação dos princípios do Reiki em muito poderá contribuir para a saúde e a qualidade de vida.

2.2.2. Os princípios do Reiki – uma visão sócio-histórica

Cinco princípios constituem a base filosófica do Reiki. Sobre sua história discorreremos brevemente, a seguir, pois há muitas informações ligadas diretamente à descoberta do Reiki e sua atuação terapêutica.

Muitas lendas e histórias foram divulgadas em torno de Mikao Usui, o fundador do Reiki. Até bem pouco tempo acreditava-se que os princípios tinham sido inventados por ele para dar uma filosofia de vida aos seus seguidores. Apenas na década de 90, com as novas pesquisas sobre a história do Reiki e a descoberta de um memorial ao lado do túmulo de Mikao Usui é que foi possível saber que Mikao Usui incorporou à filosofia do Reiki os cinco princípios implantados no Japão pelo Imperador da época, conhecido como Imperador Meiji ou da Época Meiji (1863-1912). Foi através da tradução do memorial, escrito por um discípulo direto de Mikao Usui que descobrimos terem sido estes princípios adotados pelo fundador do Reiki e não inventados por ele.

Estas descobertas nos incentivaram a realizar algumas pesquisas históricas e oferecemos, aqui, informações interessantes sobre a formação de Mikao Usui. Acreditamos que possamos elucidar, através desses dados, o percurso histórico do nascimento do Reiki e, principalmente, de seus princípios.

No século XIX o Japão era dominado pela aristocracia feudal que se sustentava através de guerreiros profissionais – os samurais. Neste período o imperador exercia um poder apenas formal, vivendo na cidade de Kyoto. Com a abertura dos portos ao comércio mundial, forçada pelo ocidente, em 1854, o Japão começou a passar por profundas transformações econômicas, militares, técnicas e científicas. Isto ativou o sentido de nacionalismo do povo japonês e a oposição ao feudalismo, responsável pela permissão da intromissão do ocidente nas tradições e costumes do povo. As idéias contrárias aos senhores feudais deram força ao Imperador da época, que pôde enfrentar e vencer os poderes locais e promover a centralização política iniciando uma nova era, intitulada por ele de Era Meiji, que significa "era da administração clara" (Mei Ji Ji Dai - apud Tibana, 2006). Logo Mutsu Ito, o Imperador Meiji (ou da Época Meiji), procurou resultados rápidos, incentivou o sentimento de nacionalismo, fortaleceu a tendência à industrialização do país, bem como da produção agrícola com nova tecnologia. Do mesmo modo, incentivou jovens promissores a estudarem na Europa e nos EUA, buscando novos conhecimentos para trazerem para sua pátria. Dessa forma, procurava uma forma de garantir o conhecimento do ocidente incorporado à cultura do país e não a incorporação da cultura ocidental como um todo. No memorial de Mikao Usui consta que ele estudou na Europa e nos EUA e que não tinha recursos próprios para isso. Como era jovem exatamente neste período (nasceu dois anos depois do início da Era Meiji), é bastante provável que tenha sido detentor dessas bolsas de estudos e voltado a seu país para participar ativamente dos ideais do novo pensamento japonês. Monge muito estudioso e sábio, Mikao Usui dedicou-se profundamente a suas pesquisas, descobrindo e aperfeiçoando o método Reiki, segundo ele "um método para libertar o corpo e a mente" (Petter, 2002, 20 – entrevista feita ao próprio Mikao Usui, entre 1922 e 1926, descoberta na década de 90). Do mesmo modo, difundiu os cinco princípios ditados pelo Imperador, incorporando-os à filosofia do Reiki.

### 2.2.3. Os princípios do Reiki – uma visão filosófica

Consta no memorial de Mikao Usui que o Imperador Meiji (ou da época Meiji) deu ao povo cinco princípios como meta para alcançar a saúde e a felicidade. Provavelmente, sua intenção era a de unir o povo em torno de um pensamento filosófico comum, o que fortaleceria o sentimento de nacionalidade. O fato é que estes princípios são regras básicas da saúde do corpo e do espírito e Mikao Usui os incorporou a seu próprio aperfeiçoamento, bem como se dedicou a difundi-los entre os seguidores do Reiki. Estava, assim, ajudando as metas políticas e sociais da época em que viveu e, ao mesmo tempo, propiciou a todos os seguidores do Reiki

fundamentos que atuam diretamente sobre a restauração e a manutenção da qualidade de vida do corpo, da mente e do espírito.

Nas palavras de Mikao Usui, os princípios do Reiki são:

“Método para convidar a felicidade, o remédio maravilhoso para todos os desequilíbrios do corpo e da alma: só por hoje 1. não se zangue; 2. não se preocupe; 3. seja grato; 4. trabalhe com afinco; 5. seja gentil com os outros. De manhã e à noite, sente-se na posição gassho e repita estas palavras em voz alta e em seu coração, para melhorar o corpo e a alma. Método de Reiki Usui, o fundador Mikao Usui.” (Petter, 2002, 36 e 2003, 94).

Estava, assim, introduzida uma filosofia de vida aos seguidores do Reiki, uma forma de incorporar um estado de espírito ao convívio cotidiano.

2.2.4. Os princípios do Reiki e a terapia holística

Apesar das evidências cada vez maiores de que a mente comanda nosso equilíbrio interior, a consciência continua sendo uma energia pouco valorizada pela maioria das pessoas e também pela ciência ocidental, de modo geral (Chopra, 2003, 29). De qualquer modo, nota-se uma mudança, ainda que gradual do pensamento científico a esse respeito. Assim, por um lado, a ciência busca rever seus princípios fundadores, ao mesmo tempo que, com o fortalecimento cada vez maior da terapia holística como um modo de buscar a saúde e preservar a qualidade de vida, práticas como a meditação, respiração consciente e mentalizações têm, finalmente, ocupado um espaço importante nos tratamentos terapêuticos tanto holísticos, como da medicina tradicional.

Assim, os princípios do Reiki que inicialmente foram divulgados no ocidente como sendo uma prática para os seguidores do Reiki, passam a se apresentar como mais um instrumento terapêutico para o cliente. Conscientizá-lo de que a prática dos princípios poderá ajudá-lo em sua busca de aperfeiçoamento é introduzir mais um recurso terapêutico que o Reiki pode proporcionar.

2.3. Fundamentos da prática terapêutica

A prática terapêutica que propomos neste artigo tem como ponto de referência, no que se refere à atuação terapêutica fundamentada no Reiki, os estudos que se baseiam nos principais centros energéticos (chakras e meridianos), como vias de tratamento visando à harmonia e ao equilíbrio interiores.

Assim, levando em consideração os fundamentos teóricos sobre os quais discorremos nos itens anteriores, a composição do tema gira em torno de um pilar de três bases: os centros energéticos, a mente e os princípios do Reiki.

2.3.1. Os centros energéticos, a mente e os princípios do Reiki

A exposição sobre a importância da mente como elemento de vital importância para a saúde do corpo e do espírito, nos levou a aplicar, neste artigo, os princípios filosóficos do Reiki na prática terapêutica. Os centros energéticos (chakras e meridianos) são vias importantes de acesso do Reiki nos canais do nosso corpo energético. Assim, utilizando os princípios do Reiki, como uma forma mental de harmonização e equilíbrio, podemos levar o cliente a uma postura de colaboração ativa, complementar às sessões de Reiki, ao mesmo tempo que o terapeuta atuará nos centros energéticos responsáveis por esses desequilíbrios.

Jung (2001, 16) afirma que “as pessoas estão cansadas da especialização científica e do intelectualismo racional. Elas querem ouvir a verdade que não limite, mas amplie; que não obscureça, mas ilumine; que não escorra como água, mas que penetre até os ossos.”

Observamos, em nossa prática terapêutica, que a apresentação de princípios que tocam diretamente a mente e o espírito de nossos clientes surte efeito pontual e familiar. Não apontamos falhas do sistema nervoso, do coração, do fígado, do pulmão, mas mostramos aos clientes como ele atua através de suas próprias emoções prejudicando sua qualidade de vida. Em seguida, mostramos caminhos de luz, de vida, de harmonização e equilíbrio; princípios que, eles sabem, podem reger uma orquestra de sintonia com o bem-estar interior. Ao mesmo tempo que lhes mostramos os princípios do Reiki, indicamos formas de trabalharem com eles, facilitando, através da sessão terapêutica, o desabrochar de seu desenvolvimento.

Evidentemente, não apresentamos todos os princípios de uma só vez, mas atuamos de modo a ressaltar, inicialmente, os pontos fracos que se apresentam. Um cliente é, geralmente, mais intolerante, outro sente mais dificuldades com o trabalho e assim por diante. Atuamos inicialmente nas maiores dificuldades e, com o tempo, o cliente está exercitando os cinco princípios como meta de vida. Ao constatar que a lembrança desses procedimentos pode auxiliá-lo, muitos clientes passam a exercitá-los e passam a trazer, eles próprios, o resultado de seus esforços. Esta é a meta.

Os itens, a seguir, cuidam de descrever os princípios do Reiki, o trabalho mental que pode ser sugerido ao cliente e as práticas terapêuticas recomendadas para atuar, em cada caso.

Os princípios serão apresentados em romaji (que representam a pronúncia japonesa escrita em caracteres latinos) e traduzidos para o português. Isto porque, para o reikiano, a pronúncia em japonês conserva a energia do mantra em sua origem.

Na prática terapêutica, durante a sessão, freqüentemente, pronunciamos os princípios em japonês, como mantras, para atuar mais diretamente nos estados emocionais do cliente.

2.3.2. Ikaru na – não se zangue

Sentimentos como a raiva têm sido considerados entre os mais maléficos à saúde e ao bem-estar do ser humano. Tem sido, no entanto, um dos sentimentos mais cultivados por nossa espécie e é, provavelmente, uma dos mais difíceis de ser combatido.

Ninguém consegue sentir-se feliz enquanto prova o sentimento da raiva, mas é difícil evitá-la quando nossa vontade não é satisfeita. A irritação, a raiva, o ódio geralmente são respostas emocionais imediatas a nossos desejos não satisfeitos, necessidades não atendidas, ambições não conquistadas.

O exercício do cliente em relação a este sentimento consiste em orientá-lo a aprender a transformar essa energia, trabalhando-a de modo construtivo. Consiste em liberar as emoções, sem reprimir a raiva (pois apenas conseguiria bloquear a energia e não liberá-la), mas buscar transformá-la em sentimentos mais atenuantes como tolerância, paciência, compreensão dos fatos, aceitar as limitações do outro e cultivar sensações amorosas. A melhor via de reequilíbrio pode ser conseguida não pela repressão da raiva (que seria uma via impossível), mas por conseguir transformar esse sentimento em amor. Como afirma Chopra (2003, 233), "a essência da compaixão está em reconhecer como é difícil para alguém ser bom. Perdoar uma pessoa é deixá-la ser livre, mesmo quando ela abusa dessa liberdade além da exasperação". Embora se apresente como uma tarefa hercúlea para quem cultiva esse sentimento por algum motivo, é bom lembrar que Shakespeare dizia que "guardar um ressentimento é como tomar um veneno e esperar que a outra pessoa morra." De fato, sentir raiva faz mais mal a quem a sente do que ao destinatário deste sentimento.

Para ilustrar como este sentimento pode ser contornado, citamos uma lenda japonesa, conhecida como sabedoria popular: conta-se queum velho e respeitadíssimo samurai vivia tranqüilo em uma pequena aldeia. Um dia, apareceu um novo samurai na região, buscando encontrar o velho sábio. Queria glória e fama e resolveu desafiar o velho para um duelo. O velho samurai aceitou e marcaram para o nascer do sol do dia seguinte. Os discípulos do velho samurai ficaram preocupadíssimos, pois seu mestre, com certeza não estava mais em condições de luta. No dia seguinte, a aldeia se reuniu para ver o encontro dos dois samurais. Como reza a tradição, o desafiante precisa desonrar o desafiado para motivar a luta. Assim, o novo samurai ofendeu o velho, que não reagiu. Indignado, o novo samurai começou a aumentar o conteúdo de suas ofensas e fez isso durante horas, sem conseguir qualquer reação do velho. Enfurecido, o novo samurai chamou o velho de covarde e se retirou. Ninguém entendeu a postura do velho sábio e lhe perguntaram por que agira assim. O velho respondeu: "quando alguém bate a sua porta com um presente e não encontra você em casa, com quem fica o presente?" Responderam os discípulos: "Com quem o levou". Disse o velho: "Assim, também, ocorre com a injúria... eu não estava 'aqui' para recebê-la."

O terapeuta pode trabalhar com seu cliente, usando este conto como exemplo, ou mesmo frases como a de Shakespeare, citada no texto.

Os centros energéticos de aplicação para o tratamento de sentimentos como a raiva são o chakra cardíaco e o meridiano do coração. Embora o chakra bloqueado seja, principalmente, o básico, segundo os princípios do Reiki, cuida-se da raiva e do ressentimento energizando a sede do amor. As aplicações de Reiki podem ser feitas neste centro energético, com os símbolos do poder, o emocional e da distância (para cuidar de ressentimentos passados, por exemplo). Para os terapeutas formados em Karuna Reiki®, utiliza-se o símbolo do centro cardíaco. No Gendai Reiki, usa-se a técnica Bushu-Chiryo-Ho, também no centro cardíaco e, nas costas, a sugestão é de aplicação da técnica Ketsueki-Kokan-Ho para liberação das energias e melhorar a qualidade energética da circulação sanguínea.

2.3.3. Shinpai suna – não se preocupe

Como indica a própria etimologia da palavra, preocupar-se é antecipar uma ocupação. Em outros termos, sentir ou viver por antecipação. É verdade que não devemos ser imprevidentes, ocupar-nos exclusivamente com o dia de hoje, irresponsavelmente. Preocuparmo-nos, no entanto, geralmente traz-nos desequilíbrios emocionais desnecessários. Muitas vezes, a causa de nossas preocupações é inconsistente. Ocupamos nossas mentes com fatos ou medos do que pode ocorrer em relação a um determinado assunto e, muitas vezes, nossa preocupação é em vão. Costumo dizer que quem se preocupa sofre sempre duas vezes: a primeira por antecipar o sofrimento e, a segunda, por encará-lo, de fato, quando ocorre ou, então, por preocupar-se antecipadamente e, depois, se o fato não ocorrer, sofrer por ter sofrido por antecipação desnecessariamente.

Chopra (2003, 102) cita pesquisas nas quais pesquisadores examinaram pessoas que se queixavam de aflição. Descobriram que elas apresentavam alto e anormal nível de substâncias químicas (epinefrina e norepinefrina) em seus cérebros e glândulas supra-renais. Além disso, foram encontradas, também, grandes concentrações das mesmas substâncias nas plaquetas do sangue, o que demonstrava que elas teriam ‘células sangüíneas aflitas’. Assim, as constatações apresentadas pelo autor, corrobora a idéia de quanto podem ser prejudiciais pensamentos recursivos.

Do mesmo modo, o autor fala de emoções positivas:

“no mesmo instante em que você pensa ‘sou feliz’, um mensageiro químico transforma a sua emoção, que não tem nenhuma existência sólida no mundo material, numa partícula de matéria tão perfeitamente afinada a seu desejo que todas as células de seu corpo literalmente ficam sabendo dessa felicidade e a compartilham” (Chopra, 2003, 148).

Assim, o estado mental de evitar sustentar pensamentos recursivos e, ao contrário, ter uma postura mais confiante diante da vida, sem dúvida é uma estratégia de buscar saúde e bem-estar, prevenindo desequilíbrios energéticos muitas vezes importantes.

A sugestão para transformar o hábito da preocupação em outro hábito saudável é preenchermos este espaço mental com ocupações. Não equivale a fugir do problema, mas tomar todas as providências necessárias e tratar, então sim, de fazer outras coisas. Quem sempre se ocupa com afazeres e pensamentos saudáveis não tem muito tempo para adoecer, sentir-se deprimido, abatido, desequilibrado. De modo geral, são pessoas que sabem melhor enfrentar e solucionar seus problemas quando, realmente, eles aparecem.

A preocupação obstrui o chakra umbilical, o principal chakra que se responsabiliza por nossa alegria de viver. Atua também sobre o chakra frontal.

A sugestão terapêutica, além do aconselhamento para que o cliente comece a trabalhar mentalmente este princípio, é utilizar o mantra nas aplicações de Reiki. As posições que podem ser visadas com maior atenção são o chakra umbilical e o frontal, com o símbolo emocional e o da distância (caso se trate de preocupações trazidas do passado). Para os terapeutas que se utilizam das técnicas do Karuna Reiki®, o símbolo da paz e da tranqüilidade é o mais adequado e deve ser aplicado diretamente no chakra frontal. Se as preocupações estiverem ligadas a problemas de relacionamento, o símbolo do chakra cardíaco é conveniente. Este mesmo símbolo pode ser usado no sentido de desenvolvimento de bons hábitos, no caso, disciplina mental. O símbolo do mestre de Karuna pode ser aplicado no final da sessão, no chakra coronário. Para os praticantes de Gendai Reiki, Koki-Ho e Gyoshi-Ho podem ser aplicadas diretamente no chakra frontal.

2.3.4. Kansha shite – seja grato

A gratidão deve ser cultivada em todos os sentidos, pois nos coloca em contato direto com o sentimento de bem-aventurança, o que é ideal para a paz interior. O exercício que este princípio nos propõe é o de desenvolvermos o sentimento de gratidão por tudo o que somos e temos, em vez de lamentarmos sempre pelo que nos falta.

Segundo os costumes japoneses, se, um dia, você só tem arroz para comer e agradece por esta dádiva, provavelmente conseguirá, em breve, também peixe como alimento; se, ao contrário, amaldiçoa por só ter esse alimento, é provável que, em breve, não tenha nada para comer. Para eles, o princípio da gratidão gera o princípio da abundância.

Harman (2003, 180) evoca o princípio da gratidão como sendo a manifestação de um estado de prece:

"Se eu realmente sou um co-criador do Universo, então o poder da oração de gratidão é óbvio. Isso não significa apenas que por me concentrar no que é belo, bom e verdadeiro e cultivar um sentimento íntimo de gratidão profundo eu mudo a maneira como vejo o mundo. Eu realmente mudo o mundo! Esse pode ser o tipo mais eficaz de serviço que posso prestar."

As sedes do sentimento da gratidão, em termos energéticos, são o chakra cardíaco e o meridiano do coração. Além de usar o aconselhamento para motivar o cliente a exercitar o princípio da gratidão, mostrando a importância de seu "estar" no mundo e dos motivos de seu aprendizado, sugerimos uma atuação direta através da aplicação de Reiki no chakra cardíaco. Para os terapeutas de Karuna Reiki®, o símbolo ideal é o desse mesmo centro energético, ligado às situações de desenvolvimento de bons hábitos e também por ser um bom símbolo de conexão com o Eu Superior. O símbolo do mestre em Karuna também pode ser aplicado no encerramento da sessão, com esta finalidade. Para os praticantes de Gendai Reiki, aconselhamos Koki-Ho e Gyoshi-Ho, diretamente no coração.

2.3.5. Gyo wo hage me – trabalhe com dedicação

Nosso trabalho afeta diretamente o meio que nos cerca em termos de produtividade. Por mais solitário que seja, o trabalho é, ou pretende ser, uma contribuição ao bem social ou, pelo menos, atinge de alguma forma a sociedade a que pertencemos.

O desafio que este princípio sugere consiste no exercício de uma boa relação com o trabalho. Sermos aplicados no trabalho implica sermos honestos na postura diante de nós mesmos e de nossas atividades. A meta é mantermos seriedade, correção e atitude de lealdade diante do próprio trabalho e das pessoas ligadas a ele.

Praticamente todos os centros energéticos estão comprometidos na manifestação desse exercício, pois o trabalho afeta vários aspectos de nossa vida emocional. Destacamos, no entanto, o plexo solar, o umbilical e o básico, bem como os meridianos do estômago e do fígado. Em caso de preocupações excessivas e pensamentos compulsivos, também apontamos, como centro de referência, o chakra frontal. Além de usar o aconselhamento para motivar o cliente a relacionar-se melhor com o trabalho, mostrando a importância que o trabalho tem e como atua diretamente em vários centros emocionais, sugerimos uma atuação direta principalmente no plexo solar, tendo os chakras umbilical e básico como pontos de apoio. Os símbolos do Reiki aconselhados são o símbolo do poder e o emocional. Para os praticantes de Karuna Reiki® sugerimos o símbolo responsável pelo desenvolvimento de bons hábitos e de relacionamentos (habitualmente usado no chakra cardíaco, neste caso, dirigido diretamente ao plexo solar) e o símbolo do chakra frontal, na fronte, no caso de preocupações excessivas e insônia. Para os terapeutas que se utilizam da técnica de Gendai Reiki, sugerimos ensinar ao cliente o exercício Joshin-kokyuu-ho (respiração)

para trabalhar a renovação energética atuando diretamente no tanden. Caso o cliente esteja com o frontal bloqueado, sugerimos Koki-Ho e Gyoshi-Ho diretamente no local. Aconselhamos o término da sessão com Ketsueki-Kokan-Ho para restauração do equilíbrio energético. Os mestres de Karuna Reiki® podem acrescentar o símbolo do mestre, no chakra coronário, como último procedimento.

2.3.6. Hito ni shinsetsu ni – Seja gentil com os outros

Ser gentil com os outros implica ser gentil com todos os seres vivos, ou seja, todas as formas de vida que se apresentam na natureza.

Sahtouris (2003, 189) observa que

“se concordarmos em considerar o comportamento humano ético como aquilo em que acreditamos sinceramente, que pode nos manter saudáveis para nós mesmos, para a nossa família, para a nossa espécie e saudáveis ou pelo menos inofensivos para as outras espécies, para o ambiente e para o nosso planeta, então teremos uma bússola.”

Ainda afirma a autora:

“Cuidar dos nossos próprios interesses requer que conheçamos os interesses de todo o nosso ambiente, que significa todo o nosso planeta vivo. As nossas escolhas livres, para atender aos nossos próprios interesses de longo prazo, têm de atender também aos das outras espécies, pois o comportamento ético natural é o que contribui para a saúde de todo o sistema (Terra)” (id.ib., 188)

Cuidar para que o respeito se estabeleça e se restabeleça é fator de primordial importância para o reequilíbrio de nosso planeta. A postura pessoal incide no respeito a nós mesmos e a todas as espécies vivas, ao nosso planeta como um todo. A gentileza é uma postura que pontua a sede do respeito, da consciência de si mesmo e do outro e deve se estender a todo o ambiente que nos cerca. Este procedimento gera uma energia de força e de amor que reverte para o bem de todo o ambiente e de nós mesmos.

No sentido mais sublime oriental, a gentileza é a manifestação mais concreta do amor e frequentemente é descrita até suas últimas conseqüências, como conta a história do sadhu indiano e do escorpião: um homem se depara com um sadhu debruçado numa valeta estendendo a mão para salvar um escorpião que começava a se afogar, mas é picado por ele. Novamente, o escorpião volta para a água e novamente é salvo, custando ao sadhu, nova picada. O homem vê isto acontecer várias vezes e não se contém, dirigindo-se ao velho sábio: “por que você continua a tentar salvá-lo e a se deixar picar?” Responde o sadhu: “nada posso fazer... é de sua natureza picar e é de minha natureza salvar” (Chopra, 2003, 233-234). A gentileza demonstrada pelo velho sadhu serve-nos como uma metáfora de comportamento. Se

conseguirmos neutralidade suficiente para mantermos uma postura de gentileza, não nos deixaremos influenciar pelo ambiente que nos cerca, quando ele se mostrar hostil.

Há uma unidade natural do homem com a natureza e o Cosmos, pois todos somos frutos de uma mesma fonte criadora. Em última instância, todos somos irmãos. Somente no amor universal encontramos a verdadeira paz. Assim, o exercício que este princípio nos apresenta é a manifestação do respeito, da consideração e da bondade por todos os seres. O caminho da sabedoria nos propõe o amor incondicional. O centro energético e o meridiano do coração são a sede dessa manifestação.

Além do aconselhamento que estimule a prática da gentileza, o terapeuta reikiano poderá aplicar Reiki diretamente no chakra cardíaco, utilizando o símbolo do poder e o emocional. Para os praticantes de Karuna Reiki®, aconselhamos o símbolo que atua no equilíbrio dos relacionamentos e que desenvolve bons hábitos, aplicado também no coração. Em Gendai Reiki, destacamos a técnica Bushu-Chiryo-Ho diretamente no cardíaco.

## 3. RESULTADOS

Com a prática dos princípios nos procedimentos terapêuticos temos tido condições de levar o cliente a perceber que, como afirma Chopra (2003, 85) “nosso corpo é suficientemente fluido para espelhar qualquer evento mental. Nada se move sem movimentar o todo”.

De fato, com o decorrer das sessões, o cliente tem percebido o quanto a forma de dirigir seus pensamentos pode interferir no seu cotidiano. Os princípios do Reiki são apresentados como uma forma de resgatar esse tipo de consciência, bem como levá-lo a acreditar que sua saúde depende em muito de seu estado mental.

## 4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Tendo em vista que o artigo aqui apresentado dispõe teoricamente práticas de atuação terapêutica, apenas podemos assegurar que, em nossa atuação junto aos clientes, os princípios do Reiki tomam posição de destaque na etapa de aconselhamento que precede a sessão. Isto quer dizer que, após ouvir as impressões do cliente a respeito de seu estado desde o último encontro, procuramos resgatar os pontos fracos apresentados em nível emocional e pontuar, sempre que emergente, a filosofia apresentada pelos cinco princípios e mostrar como sua atuação pode ser benéfica para cuidar, restaurar e manter estados emocionais mais saudáveis. Geralmente, um dos cinco princípios serve de apoio para responder terapeuticamente às queixas apresentadas em cada sessão e motivar o cliente a exercitar-se frequentemente. Quando o faz, alcança excelentes resultados.

Muitos casos terapêuticos estão cadastrados através de fichas de acompanhamento e os clientes permitem o exame dos procedimentos, desde que

conservado o anonimato. Podem ser relatados com minúcias, caso seja do interesse do leitor.

## 5. CONCLUSÕES

"Antes, a ciência declarava que somos máquinas físicas que, de alguma forma, aprenderam a pensar. Agora, desponta a idéia de que somos pensamentos que aprenderam a criar uma máquina física" (Chopra, 2003, 91).

Mais do que isso, desponta a questão da interação entre a Ciência e a Espiritualidade. Muitos autores modernos têm-se dedicado a estas questões, colocando em cheque os princípios e conceitos dessas duas formas de descrever as questões que permeiam a saúde do corpo e da mente. Coube à terapia holística assumir muitas dessas questões e hoje a Ciência começa a rever suas posturas diante da necessidade de uma abertura a esse debate. Como assinala Sheldrake,

"À medida que a ciência se liberar desse mecanismo estreito que tem sido sua camisa-de-força por tanto tempo, aproximando-se de uma visão holística da natureza, haverá muito mais possibilidades de interação fértil entre a ciência e a espiritualidade". (Sheldrake, in Ebert, 2002, 66).

Nestas conclusões, inserimos este tema de debate como estímulo ao leitor em suas próprias constatações, apontando, assim, caminhos para o desenvolvimento posterior do tema.

Encerramos este artigo com a convicção de que a terapia proposta pela atuação da inclusão dos princípios do Reiki na prática terapêutica envolve o cliente e o coloca como co-autor de sua própria busca de auto-realização, restauração e manutenção de seu equilíbrio energético. Assim, o terapeuta cumpre seu papel como facilitador da busca de auto-conhecimento e, em vez de atuar apenas como interventor de procedimentos, torna-se caminho e instrumento de auto-realização de seu cliente. Os princípios lembram uma filosofia interior, um comportamento ético de vida, que gera saúde do corpo e do espírito, trazendo o que, em tese, o ser humano tem como o maior objetivo, embora nem sempre de forma consciente: Estar e Ser no mundo, pleno em sua essência, desenvolver-se espiritualmente. Que mais não seja, a meta do terapeuta é apontar o caminho e deixar que cada cliente, na medida de suas próprias convicções, busque e alcance os níveis de equilíbrio que lhe são permitidos de acordo com suas próprias escolhas interiores. Isto é, em suma, encontrar o caminho da busca interior, o caminho da Espiritualidade, que compõe, em síntese, a completude do ser humano.

## 6. REFERÊNCIAS

CHOPRA, D. A cura quântica; o poder da mente e da consciência na busca da saúde integral. São Paulo, Best Seller, 2003.

HARMAN, W.W. ET SAHTOURIS, E. Biologia revisada. São Paulo, Cultrix, 2003.

JUNG, C. et WILHELM, R. O segredo da flor de ouro. Petrópolis, Vozes, 2001.

LeSHAN, L. O médium, o místico e o físico; por uma teoria geral da paranormalidade. São Paulo, Summus, 1994.

LÜBECK,W, PETTER,F. A. et RAND, W. L. El espiritu de Reiki. Buenos Aires, Uriel, 2003.

PETTER, F. A. Fuego Reiki. Buenos Aires, Uriel, 1998.

PETTER, F. A. Reiki: o legado do Dr. Mikao Usui. São Paulo, Ground, 2002.

PETTER, F.A., YAMAGUCHI, T. et HAYASHI, C. The Hayashi Reiki Manual. Twin Lakes, Lotus Press, 2003.

PETTER, F. A. Curso para mestres de Reiki. Anotações de aula. Buenos Aires, 2004

SHELDRAKE, R. Do envelhecimento celular à física dos anjos: uma conversa com Rupert Sheldrake. In: EBERT, J.D. et alii. O fim da divindade mecânica; conversas sobre ciência e espiritualidade, o fim de uma era. Brasília, Ed. Teosófica, 2002.

TIBANA, P. et TIBANA, R. Entrevista sobre traduções de palavras japonesas e sobre a Era Meiji, 2006.

VINCENTINO, C. História Geral. São Paulo, Scipione, 1997.

YOSHIOKA, H. Entrevista sobre a história do Japão, 2006.

# Holopuntura
# A Quintessência da União de Técnicas



**Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001**

---

Palestra realizada na Conferência Holística, organizada pelo CRT - Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística.

[Henrique Vieira Filho]() apresenta aos pares a técnica denominada: **Holopuntura**

## Resumo:

**Holopuntura** é uma nova (re)visão sobre as milenares técnicas da **Acupuntura, Auriculoterapia e Reflexoterapia**.

A premissa central é que podemos aplicar estímulos em micro-regiões (pontos) e com isso obter reações globais, despertando os próprios recursos naturais de auto-harmonização.

## Introdução:

**Holopuntura: A Quintessência da União de Técnicas**

Com a Pulsologia de Nogier (muito prática e de rápido aprendizado) ou analisando a reação do cliente ao toque em pontos-chaves, de pronto obtém-se a avaliação de quais seriam os desequilíbrios e quais as micro-regiões a serem estimuladas para despertar em nossos Clientes todos os seus recursos de Auto-Harmonização.

À disposição, uma vasta gama de opções de estímulos distintos, tais como o toque, imãs, cores, sons e até as famosas agulhas, dentre outras. O trabalho pode ser realizado tomando-se regiões corpóreas (orelhas, pés, pontos de acupuntura) que atuam como um microcosmo da pessoa atendida, um "espelho" de mão-dupla, que tanto reflete o estado global de harmonia, quanto intervém terapeuticamente, mediante estimulação. O mapeamento das zonas reflexológicas foi quintessenciado ao máximo, devido ao resgate da milenar abordagem dos Cinco Movimentos Chineses, que traduz o trabalho em uma síntese quase que poética e de fácil compreensão.

## Material e Metodologia

### PULSOLOGIA DE NOGIER e REFLEXOTERAPIAS

Resumidamente, a Pulsologia de Nogier começou com o próprio, que é conhecido como o Pai da Auriculoterapia, que é a opção de Reflexoterapia mais estudada..

Por ter o hábito de tomar o pulso de seus clientes, Nogier, durante seus trabalhos de auriculoterapia, percebeu certos "sinais", como se fossem "trancos" ou súbitas "sumidas" da pulsação.

E que isso ocorria justamente quando estava com algum estímulo (por exemplo, uma ponta metálica...), passando por sobre uma região reflexa desequilibrada.

É como se uma "onda" passasse por debaixo de nossos dedos, enquanto tomamos a pulsação. Alguns percebem essa "onda" em seu pico, ou seja, como um

"tranco" no pulso do cliente. Outras vezes, percebemos essa "onda" quando ela "cai", como se fosse uma súbita "sumida" do pulso.

É uma sensação que dura cerca de 1 segundo, mas que é nitidamente percebida, como puderam constatar em nossa aula presencial, durante o Holística 2004.

Atentem que não altera a QUANTIDADE de batidas cardíacas, mas sim, a INTENSIDADE com que a percebemos, como se uma "onda" passando por debaixo de nossos dedos, enquanto tomamos a pulsação. Alguns percebem essa "onda" em seu pico, ou seja, como um "tranco" no pulso do cliente. Outras vezes, percebemos essa "onda" quando ela "cai", como se fosse uma súbita "sumida" do pulso. É uma sensação que dura cerca de 1 segundo, mas que é nitidamente percebida.

É importante que TREINEM BASTANTE, de preferência, com várias pessoas diferentes, pois "localizar" o pulso varia bastante em cada caso. Para os casos difíceis, apliquem a tática de fazer toques circulares na região entre as sobrancelhas, que de pronto, a percepção do pulso se torna muito mais nítido. Um detalhe que pode fazer a diferença: TIREM OS METAIS DOS DEDOS E PULSOS: relógios, anéis, pulseiras, etc, em algumas pessoas simplesmente some com o Sinal de Nogier. Em muitos casos, pode-se até sentir a pulsação, mas nada de perceber o Sinal de Nogier... Se for esse o caso, experimente tirar os metais próximos, tanto do cliente, quanto os seus.

A Pulsologia de Nogier, todos teremos a oportunidade de constatar, é MUITO útil para a prática das reflexoterapias.

## REFLEXOTERAPIAS

Diferentemente da visão da acupuntura pelo corpo, cujos pontos existem o tempo todo, quer estejam "abertos" para tratamento, ou não... nas zonas reflexológicas só surgem pontos SE e SOMENTE SE, estiverem refletindo um desequilíbrio energético.

Notem bem o diferencial: se localizamos pontos pelo corpo (acupuntura sistêmica...), isso em nada define o nosso trabalho.

Contudo, se localizamos pontos nas zonas reflexas, automaticamente temos e AO MESMO TEMPO, tanto a noção de qual é esse desequilíbrio (devido à sua correspondência nos mapas reflexológicos), como, também, detectamos o local exato que está aberto a ser estimulado terapeuticamente.

E COMO localizar estes pontos ? Bom, temos duas opções: 1) aparelhagem eletrônica de boa qualidade e bem regulada; 2) PULSOLOGIA DE NOGIER.

Muitas pessoas até gostam de aparelhinhos fazendo "bip", mas, com toda sinceridade, a pulsologia de Nogier é muito mais precisa... Além de mais precisa, é bem mais simples: basta tomar o pulso e uma ponta metálica para servir de "antena" a ser passada sobre as regiões reflexas.

Inclusive, para quem gosta de agulhas, esta ponta metálica pode ser justamente a ponta de uma micro-agulha auricular, a ser aproximada por uma pinça...

Com um pouco de prática, a detecção do ponto e a aplicação da micro-agulha se torna um procedimento rápido e preciso.

Não gosta de agulhas ? Ótimo: temos muitos outros estímulos eficientes.

Imãs (lado norte e lado sul), esferas "ouro" e "prata", cromopuntura (aplicação de cores nos pontos...), softlaser, toque terapêutico nos pontos (ou com dedo, ou com pontas, tipo "apalpador de pressão" com mola...), etc, etc...

A Pulsologia de Nogier também nos socorre quando for o caso de escolher qual é o estímulo adequado. Por exemplos:

Lado norte ou lado sul, do ímã ? Esfera ouro, ou esfera prata ? Polo positivo ou negativo ? Qual das cores aplico no ponto ? Qual das regulagens em hertz eu aplico ?

Basta testar cada opção que deseja aplicar, por sobre cada ponto localizado e verificar qual faz com que o pulso reaja nitidamente...

Por esse mesmo método, pode-se testar inclusive, fitoterápicos.

Paul Nogier, por ser médico e absolutamente contrário a que não-médicos utilizem auriculoterapia, passou a testar medicamentos através da pulsologia e da aproximação destes dos pontos auriculares.

Como somos TERAPEUTAS HOLÍSTICOS, o que NÓS testamos são os fitoterápicos.

Digamos que já detectamos na orelha, os pontos/ desequilíbrios (via de regra, de uns 3 a no máximo, 5...).

E que estamos em dúvida entre algumas opções de fitoterápicos que podemos recomendar...

Se estiverem em forma "picada", podemos pinçar um pouco e aproximar desses pontos identificados, para perceber a reação do pulso.

Notarão que alguns em nada alteram; outros, até somem com o pulso e, de repente, um deles torna a pulsação "limpa", nítida, forte, reagindo com "tranco" à aproximação.

Pronto: terá detectado qual(is) é (são) o(s) fitoterápico(s) adequado(s) ao momento do cliente.

Muitas vezes, a combinação de uma ou mais amostras juntas pode melhorar a reação ao pulso, muitas vezes, não, até se anulam, indicando que é melhor optar por chás separados...

CLARO: se forem ter amostras de fitoterápicos em seus consultórios, OBRIGATORIAMENTE tem que ser de origem definida, ou seja, com NOTA FISCAL DE COMPRA, e rotulagem contendo laboratório e farmacêutico responsável. E, NUNCA, JAMAIS, NEM EM SONHO, vendam estes produtos. E, obviamente, só podem ser recomendados produtos de VENDA LIVRE, ou seja, sem necessidade de receita MÉDICA.

## AURICULOTERAPIA

Chamamos de Auriculoterapia à técnica de análise e tratamento reflexológico por meio de estímulos no pavilhão auricular.

Sua origem data de milênios, tendo sido encontradas pinturas egípcias descrevendo o seu uso; Hipócrates, considerado o pai da medicina ocidental, detalhou seu uso para dores de dente, faciais e ciáticas. analgesia para nevralgias odontológicas, faciais e ciáticas.

Caído em esquecimento até os meados de 1951, quando o francês Paul F. M. Nogier iniciou suas pesquisas, dando tamanho grau de desenvolvimento à técnica, que passou a ser considerado o "pai da Auriculoterapia".

Acupunturista e quiropraxista, ele notou que diversas pessoas que sofriam de dor ciática tiveram seus sofrimentos cessados com cauterizações na orelha feitas pela "leiga" madame Barrin. Esses resultados empolgaram Nogier, passando ele a observar que na orelha há regiões doloridas espontaneamente ou ao toque, sempre que no corpo também houver dor.

Verificando a ocorrência dessas regiões, culminou por observar que elas pareciam desenhar uma forma fetal invertida no pavilhão auricular. Com o correr das pesquisas, foi-se mapeando a que zona corporal correspondia cada porção da orelha, tendo sido publicadas na década de 50, as suas conclusões iniciais e seus tratamentos por estímulos de agulhas na aurícula, com grande repercussão entre os acupunturistas, pois estes já estavam acustumados a esse tipo de instrumento.

Tal sucesso chegou até a China, que rapidamente levantou um mapeamento auricular, inundando a Europa com suas orelhas de plástico e "posters" de "auriculo-acupuntura". Tudo isso contribuiu para que se confundisse a Acupuntura* com essa "nova" técnica, mas as diferenças são gritantes: enquanto para primeira, os pontos existem o tempo todo, quer sirvam para tratamento ou não, na orelha eles não existem, a princípio, só vindo a surgir em correspondência a um desequilíbrio no corpo, facilitando ao máximo o diagnóstico, tornando praticamente impossível de se errar.

Outro fator de distinção e, provavelmente, a maior descoberta de Paul Nogier, foi a técnica de diagnóstico pelo pulso, específica para a Auriculoterapia. Enquanto na pulsologia chinesa tomam-se ambos os pulsos simultaneamente e por meio de extrema sensibilidade, distinguem-se informações sobre a condição energética de cada órgão-meridiano, na técnica de Nogier, basta tomar-se um dos pulsos e com uma ponta de metal ou de aparelhagem eletrônica, "passeia-se" por todas as regiões reflexas auriculares e, o-nde houver desequilíbrio, haverá uma alteração no pulso, que inicialmente chamou-se R.A.C. (reflexo aurículo cardíaco) e hoje em dia se conhece como R.A.N. (reflexo arterial de Nogier) ou V.A.S. (sinal autônomo vascular).

No Brasil, a esmagadora maioria dos que trabalham com a Terapia auricular desconhece quase que totalmente o trabalho francês; quando muito, estão a par do primeiro livro publicado de Nogier, o qual já há muito está desatualizado, com suas "receitinhas" de pontos específicos para cada tipo de tratamento.

Em compensação, os brasileiros desenbvolveram uma abordagem somatopsíquica do tratamento auricular, a que denomino Calatonia Auricular, bem como o teste de fitoterápicos pela orelha e, ainda, o uso das freqüências de ressonância para a estética, além de desenvolver a Ressonância Biofotônica ou

Biorressonância o-nde os estímulos são dados por meio de luzes comuns (não laser) e ritmos, trabalhos estes, nacionais e pioneiros...

## PONTOS DE ALARME SISTÊMICOS

As tradições milenares chinesas trouxeram aos nossos dias a teoria dos, assim traduzidos, "meridianos", que são caminhos de energia que circulam junto ao corpo e que refletem nosso estado holístico (físico, emocional, social, etc, etc...). Em tese, são infinitos... Contudo, como nosso objetivo é ser pratico, trabalharemos com 12 principais.

Em termos de 5 Movimentos Chineses, temos os meridianos FOGO: coração, intestino delgado, circulação e sexo, triplo aquecedor...

Eles são responsáveis pela "temperatura" de nossas emoções, entre outras coisas.

Como meridianos TERRA, temos o do baço-pâncreas e do estômago.

Respondem pela nossa reflexão, pelos pensamentos...

Já os meridianos MADEIRA são os do Fígado e da Vesícula Biliar.

Atuam na exteriorização das emoções, especialmente, a raiva...

Temos os meridianos METAL: Pulmão e Intestino Grosso.

Agem na interiorização de nossas emoções, tanto na serenidade, quanto na tristeza, baixa-estima...

E Rim e Bexiga, como meridianos do movimento ÁGUA.

Assim como as águas se adaptam ao meio e buscam aprofundar, assim estes meridianos lidam com aquilo que nos é de importância vital, tal como medo, sobrevivência, sexo...

Atentem que os nomes dos meridianos, em sua versão ocidental, correspondem aos nomes de certos órgãos e vísceras. Mas, a verdade é que não correspondem

APENAS a estes órgãos, mas sim, a inúmeras funções que a ciência jamais atribuiria a estas "partes".

Por exemplo: a raiva, na visão dos 5 movimentos, tem relação com o meridiano de fígado... Mas, certamente que a ciência jamais vai associar raiva com o órgão fígado...

Felizmente, não temos que dar satisfações aos cientistas e podemos nos valer de mais de 5 mil anos de tradições...

Mas, em termos PRÁTICOS, como saber quais meridianos estão carentes de equilíbrio ?

Bom, como somos Terapeutas Holísticos, JAMAIS nos valeremos de "tabelinhas doenças-pontos-de-acupuntura"...

Isso é coisa de médico... Os médicos é que precisam fazer exames de laboratórios, descobrir qual a doença e seguir uma tabelinha de pontos, da mesma forma que seguem tabelas de correlação medicamento-doença...

Aliás, sempre é bom frizar: pela LEI, doença é monopólio médico...

Por isso que nós, TERAPEUTAS HOLÍSTICOS, tratamos das PESSOAS (jamais de "doenças"...) e de seus desequilíbrios "energéticos"...

COMO saber qual(is) meridiano(s) precisa(m) de tratamento ?

Muito simples: basta "perguntar" aos próprios meridianos !

E para fazer isto, basta tocar em determinados pontos, os chamos PONTOS DE ALARME, e saber do cliente se os mesmos estão (ou não...) doloridos ao toque...

Claro, todo ponto de alarme é relativamente dolorido... Mas, na prática, notarão 1 ou 2 que estarão MUITO sensíveis...

Ou seja, como trabalharemos com 12 meridianos, teremos 12 pontos de alarme a tocar, durante a avaliação...

Acreditem, quando tiverem prática, esse é um procedimento de 1 a 2 minutos...

Uma vez detectado QUAL o ponto de alarme mais sensível, trabalharemos em seu meridiano correspondente...

Para tanto, temos que localizar em seu trajeto, qual o ponto que está aberto a receber estímulos...

E, para sabermos isso, bastará tocarmos por seu trajeto, até detectarmos com o ponto que estiver mais sensível ao toque...

Ou seja, de novo, "perguntamos" ao meridiano...

Uma vez localizado (são bi-laterais, um de cada lado do corpo, simetricamente...), basta estimular por cerca de 1 minuto...

Para estimular, pode-se fazer uso do toque (apertar com os polegares e circular sobre o ponto...), pode-se aplicar agulhas, imãs, cores, enfim, uma infinidade de estímulos possíveis, todos igualmente eficientes.

Uma vez feito o estímulo, basta voltar a tocar no ponto de alarme correspondente e terão uma "surpresa": ele não está mais sensível ao toque !!

Ou, se ainda estiver, é muito pouco...

Pode-se "reforçar" a aplicação, atuando agora no meridianos que estava em "2o lugar" em sensibilidade ao toque em seu ponto de alarme...

Ou seja, da mesma forma: toque pelo trajeto do meridiano, até localizar um ponto sensível, que será justamente o que necessita de estimulação.

E pode voltar a conferir nos pontos de alarme que estarão todos "normais", sem a sensibilidade de antes em relação ao toque !

Ou seja, esse método substitui tanto a pulsologia chinesa (que só seria necessária se você fosse tratar o imperador, pois este não pode ser tocado...) e também elimina a necessidade de "tabelinhas de pontos"...

E nem terão que trabalhar em muitas regiões: os pontos de alarme, ficam todos na parte frontal do corpo... E os pontos dos 5 movimentos, estão localizados entre os dedos das mãos até o cotovelo, e dos dedos dos pés, até o joelhos...

Como puderam observar, os pontos de alarme tendem a ser sobre os órgãos dos quais recebem o nome ocidental...

É o caso do estômago, baço-pâncreas, fígado, rim, intestinos grosso e delgado...

O QUANTO de pressão aplicar para testar seu grau de sensibilidade, aí é questão de prática...

Há clientes que um toque muito leve já basta para conseguir testar os pontos... Outros, necessitam de maior pressão, pois tem menor sensibilidade...

Na verdade, os colegas terão que praticar bastante... Essa é a única forma de aprenderem de verdade...

Recapitulando: iremos tocar os pontos de alarme e perguntar ao cliente qual(is) está(ão) mais sensível(is).

Sugiro, por uma questão de praticidade, que testem "de cima para baixo"...

Ou seja: pontos de alarme dos meridianos do Pulmão, Vesícula Biliar, Coração, Fígado, Baço-Pâncreas, Rins, Estômago, Intestino Grosso, Triplo Aquecedor, Intestino Delgado, Bexiga e Circulação e Sexo..

Uma vez detectado QUAL o ponto de alarme mais sensível, irão (bilateralmente...) pesquisar pelo toque, o caminho do meridiano correspondente.

Basta seguir pelos trajetos dos 5 movimentos chineses, ou seja, será dos dedos em direção ao cotovelo (se for meridianos que passam pelos braços...), ou até os joelhos (se forem meridianos que passam pelas pernas...).

Uma vez detectado, pelo toque, qual o ponto mais sensível no trajeto do meridiano, bastará estimulá-lo, por exemplo, tocando com a ponta do polegar (simultaneamente, pois são 2 pontos simétricos, bi-laterais...). Estimulem os pontos, quer seja com os dedos, ou com agulhas, ou com imãs, ou com cores, ou com diapasões, ou com cristais, etc, etc,... durante cerca de 1 minuto e voltem a testar o mesmo ponto de alarme correspondente.

Via de regra, 1 minuto basta para equilibrar, o que pode ser constatado voltando a tocar no ponto de alarme correspondente, que estará agora, sem a mesma sensibilidade (dor...) quando tocado.

Caso ainda persista a sensação dolorosa no ponto de alarme, repita a operação também no trajeto do meridiano "2o colocado", quanto à dor no ponto de alarme...

Caso ele não esteja mais dolorido, a aplicação já pode considerar-se encerrada. Caso ainda esteja, repita a mesma operação, ou, passe para o "2o colocado" dentre os meridianos cujos pontos de alarme correspondente estavam mais sensíveis ao toque.

## Resultados

Comparativamente às correntes teóricas que baseiam-se em tabelas pré-concebidas que relacionam sintomas a pontos específicos para estimular, a Holopuntura mostrou-se muito mais dinâmica e adaptável a cada Cliente e de resultados bastante eficientes, especialmente no tocante à ampliação da autoconsciência.

Do ponto de vista legal, a Holopuntura igualmente mostrou-se mais adequada, justamente por possibilitar ao terapeuta Holístico trabalhar com Acupuntura e Reflexoterapias em formato absolutamente diferente da abordagem praticada pela classe médica, evitando-se, assim, polêmicas judiciais.

## Discussão

A Holopuntura beneficia o Cliente com perceptíveis resultados. E igualmente privilegia o Terapeuta Holístico que a ela se dedica, graças à eliminação da artificial e desnecessária complexidade que vem sendo impingida atualmente às técnicas, resgatando a simplicidade e naturalidade de suas essências fundamentais.

Como podem notar, com a Holopuntura, caso estivéssemos trabalhando com agulhas, bastaria 2 agulhas (1 ponto de cada lado do corpo...), ou, quanto muito, 4 agulhas ( 2 pontos, que como são bilaterais, traduzem-se em 2 pontos de cada lado, totalizando, 4...)

Esse festival moderno atual de transformar os clientes em "alfineteiros", enfiando um monte de agulhas, com toda a sinceridade, é absolutamente desnecessário...

Usam muitas agulhas, pois não tem a técnica de "perguntar" aos pontos de alarme... Como não fazem isso, acabam "somando" um monte de "tabelinhas de pontos", resultando em um MONTÃO de agulhadas...

Se bem feito, até dá resultado... Só que podemos trabalhar de forma MUITO mais sutil, como esta que estamos propondo aqui, na Holopuntura.

Eu trabalho faz mais de 20 anos assim e garanto que funciona bem.

Contudo, jamais acreditem em mim, pois o certo é que VOCÊS MESMOS TESTEM e tirem suas próprias conclusões...

Recordando: a técnica que acabaram de ver, simplesmente elimina aquela história de "tabelinha de sintomas X pontos pré-definidos".

Ao invés de ficarmos "adivinhando" o-nde estão os desequlíbrios simplesmente nos baseando em tabelas de sintomas, nós vamos, LITERALMENTE, colocar a mão na massa.

Com a ponta dos dedos, tocaremos cada um dos pontos de alarme demonstrados.

À semelhança do que observamos via reflexoterapia auricular, notaremos poucos desequilíbrios.

Comumente, nosso cliente relatará cerca de 2 ou 3 pontos de alarme sensíveis ao toque.

Nos ocuparemos, primeiramente, daquele meridiano cujo ponto de alarme tenha sido o de maior sensibilidade (dolorido).

Seguiremos seu trajeto, também com os dedos, mas somente no trecho relativo aos 5 Movimentos Chineses.

E, novamente, perguntaremos ao cliente para que nos avise qual é o "ponto" mais sensível ao toque.

Obs: estes pontos são BILATERAIS, ou seja, são em pares, estando um de cada lado do corpo, simetricamente...

Justamente nestes é que nos ateremos, estimulando-os, bilateralmente, por cerca de um minuto.

Isso pode ser feito com o próprio toque/pressão da ponta dos dedos, ou, aplicando-se outras formas de estímulos, desde agulhas (acupuntura), até cores (cromopuntura), imãs (magnetoterapia), etc, etc.

Uma vez terminado o estímulo, volte a testar o ponto de alarme respectivo e notará que a sensibilidade ao toque sumiu... Ou diminuiu muito !

Caso ainda persista, parta para o "2o colocado" de sua lista de pontos de alarme sensíveis, pesquisando em seu meridiano respectivo e estimulando o ponto que detectar mais sensível.

Volte a testar os pontos de alarme e notará que a sensibilidade exarcebada de antes, não mais existe.

Pronto ! Uma bem sucedida estimulação terapêutica.

Nas reflexoterapias, não há pontos pré-existentes... Os mapas apontam para zonas, regiões, que estatisticamente, são associadas a centros de energia e/ou caminhos de energia (meridianos).

Os pontos só surgem SE e somente se, estiverem espelhando um desequilíbrio.

Desta forma, a escolha dos pontos a serem estimulados, jamais se dá simplesmente pelos sintomas descritos pelo cliente, mas sim, pela reação dos pontos à pulsologia de Nogier e/ou sensibilidade (dolorida...) ao toque do TH...

Tudo bem que a Holopuntura também dedica parte de suas variantes aos pontos "fixos" e pré-existentes espalhados pelo corpo,seguindo as tradições milenares chinesas quanto aos meridianos.

Ainda assim, atente que a técnica foi revisitada e ganhou muito mais dinamismo e, ao mesmo tempo, simplicidade.

Afinal, ao invés de nos prendermos a "tabelinhas", literalmente o Cliente é quem nos dirá quais pontos denotam desequilíbrio, de acordo com a sensibilidade destes ao toque, nos chamados pontos de alarme.

Isto feito, novamente o Cliente é quem nos dirá quais pontos estimular, de acordo com a sensibilidade ao toque do TH, que tateia o caminho dos 5 Movimentos, sobre o meridiano que corresponde ao ponto de alarme que refletiu desequilíbrio.

## Conclusões

A Holopuntura possibilita ao Terapeuta Holístico trabalhar resgatando a simplicidade original das técnicas milenares da Terapia Tradicional Chinesa (Acupuntura) e das Reflexoterapias (Auriculoterapia inclusa).

O enfoque através dos Cinco Movimentos Chineses e a detecção dos desequilíbrios e respectivas micro-regiões a serem estimuladas, graças à reação ao toque e/ou à Pulsologia de Nogier, torna a terapêutica muito mais dinâmica e perfeitamente adaptável a cada atendimento.

A isso se soma a grande vantagem de que esta abordagem está em total conformidade à legislação brasileira e às NTSV – Normas Técnicas Setoriais Voluntárias da Terapia Holística.

## Referências bibliográficas:

CHEVALIER, Jean - Dictionnaire des Symboles. Paris, Éd. Robert Laffont S.A. e Ed. Júpiter, 1982.

FAUBERT, Gabriel - La Chronobiologie chinoise. Paris, Éditions Albin Michel S.A., 1987.

GRANET, Marcel - La pensée chinoise. Paris, Éditions Albin Michel, 1980.

HALL, James A. - A Experiência Junguiana. São Paulo, Cultrix, 1989.

HEDGES, LAWRENCE E.; HILTON, ROBERT e HILTON, VIRGINIA W. – Terapeutas em Risco – Perigos da Intimidade na Relação Terapêutica, Summus Ed., 1997.

HIRSCH, SONIA – Manual do Herói – Gráfica e Editora Prensa, 1990.

HUSSON, A. - Versão e comentários - Huang Di Nei Jing Su Wen. Paris, Ed. A.S.M.A.E

JACOBI, Jolande - Complexo -Arquétipo - Símbolo. São Paulo, Cultrix, 1986.

JUNG, C. G. - Psicologia e Alquimia. São Paulo, Vozes, 1991.

LEXIKON, Herder - Dicionário de Símbolos. São Paulo, Cultrix, 1992.

MARKEY; Christopher- Yin-Yang. S. Paulo, Cultrix, 1987.

MASPERO, Henry - Le Taoisme et les Religions Chinoises. Paris, Ed. Gallimard.

MIYUKI, Mokusen - Versão e comentários - A Doutrina da Flor de Ouro. 5. Paulo, Pensamento, 1990.

REQUENA, Yves - Acupuncture et Psychologie: pour une approche nouvelle dela Psycho-somatique. Paris, Maloine S.A. Éditeur, 1983.

REQUENA, Yves - Acupuncture et Phytothérapie. Paris, Maloine S.A. Éditeur, 1983.

SANTOS, José Francisco dos – Auriculoterapia e Cinco Elementos. São Paulo, Ícone, 2003.

TABONE, Márcia - A Psicologia Transpessoal. São Paulo, Cultrix, 1987.

VIEIRA FILHO, HENRIQUE - O Microcosmo Sagrado. São Paulo, Lumina Editorial, 1998.

VIEIRA FILHO, HENRIQUE - Tutorial Terapia Holística. São Paulo, Sintebooks, 2002.

VIEIRA FILHO, HENRIQUE – Marketing Para Consultórios de Terapia Holística. São Paulo, Sintebooks, 2003.

VIEIRA FILHO, HENRIQUE – Holopuntura – a Quintessência Da União de Técnicas, São Paulo, CONAN, 2007

WEIL, PIERRE - Holística: Uma Nova Visão e Abordagem do Real - Ed. Palas Athenas, São Paulo, 1990.

WHITMONT; Edward C. - A Busca do Símbolo. São Paulo, Cultrix, 1990.

"Cite as

HENRIQUE VIEIRA FILHO. (2004). Holopuntura - A Quintessência da União de Técnica. São Paulo, Brasil: Holística 2004. http://doi.org/10.6084/m9.figshare.14261939"



**Henrique Vieira Filho** é artista visual, escritor, jornalista e psicanalista.

Sua experiência de décadas como terapeuta holístico, em especial, com a Psicanálise Junguiana, lhe possibilita uma familiaridade ímpar com a mitologia e as imagens oníricas, sempre presentes em suas telas.

**Henrique Vieira Filho Na Mídia:**

Colaborou com entrevistas, artigos e consultorias para Jornal da Tarde, O Estado de São Paulo, Diário Popular,Revista Elle, Revista Cláudia, Revista Máxima, Revista Veja, Revista Planeta, Revista Capricho, Revista Contigo, Revista Saúde, Revista Boa Forma, Rádio Globo, Rádio Gazeta, Rádio Eldorado, Rádio Nova, TV Globo (Jornal Nacional, Bom Dia Brasil, Fantástico, etc.), TV Gazeta (Telejornal, Mulheres, Manhã na Paulista), TV Record, SBT (Telejornal, Jô Soares Onze e Meia, etc.), TV Jovem Pan (Telejornal, Opinião Livre, etc.), TV Cultura, TV Bandeirantes, Rede Mulher, TV Rio, dentre inúmeros outros veículos de comunicação.

**Henrique Vieira Filho Na Terapia:**

Na Terapia Holística, Henrique Vieira Filho atuou como jornalista e terapeuta que se dedicou por mais de 25 anos à normalização da profissão, gerenciando entidades como o SINTE - Sindicato dos Terapeutas (sindicato), CRT - Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística (ONG), dentre outras.

Apartidário, apolítico, é defensor da auto regulamentação profissional, onde as próprias categorias desenvolvem suas regras técnicas e éticas, criando Normas Técnicas Setoriais, de adesão voluntária, as quais são divulgadas publicamente para referência da sociedade, bem como detalhada aos profissionais por meio de literatura técnica.

Responsável direto pela implantação da Residência em Terapia Holística no Serviço Público de Saúde, onde comandou, em 05 cidades, as equipes para atendimento OFICIAL e gratuito à população com **ARTETERAPIA, psicanálise**, acupuntura, terapia floral, yoga, tai-chi-chuan, cromoterapia, fitoterapia, dentre muitas outras técnicas.

**Livros de Henrique Vieira Filho no campo da Terapia Holística:**

- O Microcosmo Sagrado – O Segredo Da Flor de Ouro Para Saúde E Autoconhecimento
- Manual Oficial do Terapeuta Holístico - Normas Técnicas Setoriais Voluntárias
- Marketing Para Consultórios de Terapia Holística
- Auto Regulamentação da Terapia Holística
- Florais de Bach - Uma Visão Mitológica, Etimológica e Arquetípica
- Florais de Bach – Fotos E Fatos
- Florais de Bach - Uma Abordagem Junguiana
- Tutorial Terapia HolÍstica
- Fitoterapia Em Cinco Movimentos
- Holopuntura – a Quintessência Da União de Técnicas
- Psicoterapia Holística - Um Caminho Para Si Mesmo
- O Corpo Como Portal Para O Autoconhecimento
- Iridologia - Novos Rumos
- Fotopsicoterapia - A Fotografia Como Instrumento Terapêutico

**Livros de e com Henrique Vieira Filho no campo das Artes:**

“Diversidade” - livro de fotografias fine art - setembro de 2016 - Editora HVF Artes - São Paulo, SP, Brasil

“Le Brésil vu par les Brésiliens” - livro de fotografias fine art - outubro de 2016 - Editora Divine - Paris, França

“Arte Brasileira Na Contemporaneidade” - Volume II - produção de Carmen Pousada - Editora Ornitorrinco - São Paulo, SP, Brasil

“Anuário de Artes” - setembro de 2017 - Luxus Magazine - São Paulo, SP, Brasil

“Anuário de Artes” - setembro de 2018 - Luxus Magazine - São Paulo, SP, Brasil

# Terapia dos Números

## Como eles podem ajudar você e as pessoas a sua volta
## Uma ferramenta para despertar potenciais presentes em todos os seres humanos

---

**Rosemi Fernandes**

**Terapeuta Holística - CRT 21007**



**Numerologia:** Em ocultismo, estudo do significado dos números e da sua influência no caráter e destino dos homens.
DICMaxi Michaelis – Moderno Dicionário da Lingua Portuguesa

SUMÁRIO

## Resumo

A Numerologia pode ser definida com uma técnica de análise da personalidade em seus potencias e sutilezas, através da transformação de letras em números, como também a análise da data de nascimento. O objetivo é trazer a tona aspectos interiores não explorados utilizando para isso o estímulo a intuição . De posse da análise do mapa numerológico, leva-se em conta mudanças em várias áreas, sendo as mais comuns: comportamento, vida social, relacionamentos, relações familiares, além de conhecimento e habilidade para tomada de decisões, inclusive profissionais.

O nome e a data de nascimento de uma pessoa, estão em evidência por toda a vida, vibrando no inconsciente, como se fosse um código de presença. As letras do alfabeto, como também as datas importantes, são chaves que abrem uma porta, para um território pouco explorado.

Segundo a numerologia, cada número ou valor numérico possui uma vibração particular, sendo que a soma correta das letras, correspondem ao interior e exterior do indivíduo,e indicaria tendências de acontecimentos ou melhorias em qualquer setor, quer sejam profissionais ou pessoais.

A numerologia é uma técnica pertencente a Sincronicidade, conforme consta no *Manual Oficial do Terapeuta Holístico - pág. 133 e 135 NTSV-TS 001, 2 e 3,*

*Terapia em Sincronicidade pág 135 5.1.10:* teoria Junguiana da possibilidade de relação significativa, mas não causal, entre eventos; termo criado C. G. Jung para descrever a ocorrência quase simultânea de dois eventos, um interior e o outro, exterior, que parecem ter uma relação em comum, que não seja a de "causa e efeito".

*Arquétipo pág. 135 e 136: 5.1.13* são padrões ou motivos universais que emanam do Inconsciente Coletivo (ou, como preferia Jung, Psique Objetiva), que foram incorporados por experiências reiteradas, coletivas e significativas da humanidade. Irrepresentáveis em si mesmos, contatamos seus efeitos quando se manifestam na conciência como imagens e idéias arquetípicas, ou seja, os Símbolos (melhor expressão possível para algo essencialmente desconhecido). ......Assim sendo, os arquétipos representam a dinâmica de nosso inconsciente e os símbolos são as referências de nossa consciência. As estruturas arquetípicas podem ser comparadas ao eixo, ao "molde-informação" de um cristal: este, ao formar-se, obedece a um padrão de forma pré-determinado por um eixo axial, o qual não possui, entretanto, existência própria, sendo, pois, pura forma. Mesmo assim, ele pré-determina a estrutura geométrica do cristal, não impedindo, porém que surjam particularidades que os diferenciem uns dos outros. Igualmente, as estruturas arquetípicas são pura forma, que dão estrutura aos símbolos.... O universo dos arquétipos é nosso passado vivo e nosso futuro possível, coordenadores de nossas energias, moldes comportamentais aos quais recorremos e incorporamos inconscientemente ou não, atraídos que somos pela ressonância entre nossa situação e a que eles representam.

Introdução

Ao longo da minha vida profissional, ouvi uma quantidade enorme de perguntas relacionadas à Terapia Holística em especial a Terapia em Sincronicidade utilizando a

Numerologia . Não importando o grau de instrução, idade, sexo, condição social ou profissional, as questões levantadas quase sempre estavam relacionadas ao nome e se este poderia ou não trazer sorte a pessoa.

Na verdade desde a antiguidade, a humanidade procura respostas para todas as coisas, principalmente na existência do mundo, alguns buscam suas repostas na religião, na história, outros na ciência, a verdade o que podemos afirmar com clareza é que existe o livre arbítrio e deste todos fazem suas escolhas, e usam suas crenças como meio de vida, ou como justificativa de que sempre existe algo mais.

A minha proposta é apresentar esta técnica, conhecida como numerologia, respeitando a individualidade de cada pessoa, acrescentando mais um degrau na evolução pessoal. Segundo o filósofo grego Pitágoras considerado por alguns numerólogos o pai da numerologia, apesar de não haver qualquer relação entre o mapa numerológico atual e o filósofo grego, acreditava-se que tudo no universo tinha relação com os números.

Apesar de tantos estudiosos envolvidos, na verdade a numerologia nunca precisou de grandes práticas, tampouco foi ligada a religião, mediunidade ou magias. Qualquer pessoacom conhecimento matemático e interesse pode utilizar a técnica . A prática pode ser realizada por Terapeutas Holísticos,neste caso a técnica pode ser facilmente adaptada na sessão de aconselhamento, que pode ocorrer nas primeiras consultas, a vantagem é que a numerologia vem ganhando cada vez mais espaço no mundo, como também gerado bastante influência na sociedade já que é um assunto comum na midia escrita e televisiva, por isso grande parte dos clientes já ouviram falar ou leram algo sobre a numerologia.

A influência dos números em nossas vidas, nada mais é, do que a necessidade dos seres humanos em recorrer aos símbolos para se conhecerem, mas o que se evidencia é a real necessidade de encontrar um caminho melhor, de encontrar a chamada felicidade .

Muitos acreditam que a mudança do nome acrescentando ou retirando alguma letra, a pessoa encontrará um novo amor, plano de carreira, saúde, enfim tudo que o ser humano quer conseguir na tragetória de vida. Na verdade tudo esta em nossas mentes, e para concretizar nossos objetivos é necessário se conhecer, por isso a numerologia pode ser um dos caminhos para a descoberta .

## MATERIAL E METODOLOGIA

Não se sabe o período da descoberta da Numerologia, mas várias civilizações já faziam uso dos mapas numerológicos, desde fenícios, babilônios, egípcios, gregos, romanos, chineses e árabes . Entretanto meu estudo se fundamentou nos Caldeus (novos babilônicos) reconstruíram a Babilônia, mas sua dominação durou pouco: em 539 a.C. foram vencidos pelos persas de Ciro, o Grande, que libertou os judeus do cativeiro da Babilônia. (ver anexos) As idéias e crenças dos caldeus resistiram ao tempo, às perseguições religiosas que aconteceram na Europa durante a Inquisição, e chegariam até os nossos dias. Na verdade pouco se sabe sobre as práticas do povo Celta, contudo existiram e por não possuirem nenhum elemento de estudo para enender a numerologia, eles acreditavam como explicavam a organização do universo através das reações climáticas e dos movimentos da natureza.

Pitágoras na sua ápoca apesar de não ter participado da estrutura da numerologia moderna, teve um papel fundamental estabelecendo a ligação da metafísica do número como arquétipo(*), símbolo essencial da Vida.

A diferença fundamental entre os dois métodos esta nos primeiros estudos, enquanto os Caldeus se inspiram na natureza, filósosos dentre eles Pitagoras iniciaram suas pesquisas em uma lei quantitativa, através de pesquisas com a música. Estudaram a relação entre os tons musicais de uma corda vibrante e seu tamanho, revelando sons gerados nos intervalos de oitava, quarta e quinta notas expressos em termos de razões numéricas. Estudaram também os sons gerados em jarros com diferentes níveis de água.

Além do filósofo Pitágoras podemos citar Platão (a quem devemos a maioria dos dados sobre os ensinamentos pitágoricos, já que o mestre nada deixou por escrito), Aristóteles, Nicômaco, Fludd, Hermes Trimesgistus, Nostradamus, Cornelius Agrippa, Cagliostro, Eliphas Levi.Para os filósofos que se interessaram por esta técnica, conhecer as leis da natureza seria conhecer a alma do universo, construído segundo leis da harmonia e do equilibrio. Esta alma, à qual o corpo do universo obedece e uma estrutura interna regida por certa idéia numeral, ou seja,percebia-se que tudo no planeta era regido por números.

Com o desenvolvimento dos mapas, os numerólogos realizavam seu trabalho obedecendo as leis da matemática ou a natureza, e para os mais desafiadores era possível trabalhar com as duas vertentes.

Por isso que podemos explicar que a Terapia dos Números ou Numerologia objetiva acelerar o processo de auto-conhecimento . Muitas outras técnicas da Terapia Holística contribuem para este aprimoramento e em conjunto podem trabalhar o indíviduo como um todo. Mas quando se trata em equilibrar o ser humano podemos

oferecer as pessoas a nossa volta todas a possibilidades chegando a resultados surprendentes quer seja através da numerologia, (sincronicidade) terapia Floral, aconselhamento, aromaterapia, dentre outras que buscam um só resultado : Qualidade de Vida e despertando dentre de cada um capacidade de se conhecer e viver melhor.

(*) arquétipo : ver resumo

Paradoxalmente entre duas linhas tanto o alfabeto grego, bem como o hebraico, tem os mesmos símbolos para seus números bem como para seus algarismos, ou seja, alfa vem a ser ao mesmo tempo uma letra e um numeral. Esta idéia é parte da numerologia, quando associamos a letra A ao número 1, a letra B ao número 2, e por aí vai. (ver tabela abaixo) Mas isto se aplica, como citado também ao alfabeto hebraico, e daí vem a gematria, uma disciplina da cabala que é a origem da tese numerológica, mas não de sua técnica - o que seria assunto para outra palestra. Apesar das duas vertentes terem suas mentiras e verdades, o ideal é fazer o estudo seguindo a lógica, ou seja, seguir uma tabela de correspondência coerente, como fez Pitagoras.

O que a numerologia precisa é de pesquisa séria, para que possamos estar constantemente ajustando e aperfeiçoando o conhecimento, para que ela de fato cumpra seu papel, que é o de orientar e ajudar no autoconhecimento, e não trazer fórmulas "mágicas" ou soluções instantâneas.

Portanto, não existe uma "numerologia pitagórica". Existe simplesmente a Terapia dos Números, a qual trata do aspecto metafísico dos números. Na qual você pode acrescentar pesquisas dos povos antigos, mas sempre visando a melhoria do seu cliente e se adaptando a realidade de cada pessoa .

Para se ter uma noção confiável de cada pessoa podemos dividir os cálculos em três partes :

2.1 NÚMERO DA ALMA

A soma das vogais do nome equivale aos aspectos interiores, ou seja o que esta gravado em seu íntimo, abragendo aspectos emocionais e de comportamento. Pode ser estendido para relação com a família, amigos e parceiros.

2.2 NÚMERO DA PERSONALIDADE :

A soma da consoantes corresponde aos aspectos externos, ou seja como as pessoas a sua volta indentificam sua personalidade e sua interação com a sociedade É a primeira impressão que a pessoa causa, aquilo que os outros vêem no indivíduo ao ter contato social pela primeira vez, ou ainda aquilo que se ouve falar da pessoa, a marca que ela deixa no imaginário de quem a observa. Não que a opinião pública deva ser o fator principal, para melhoria dos aspectos de equilibrio, mas sim o ponto entre o consulente com o analisado.

2.3 NÚMERO GERAL :

A totalidade da personalidade da pessoa, o resultado da combinação entre o que a pessoa é na intimidade e em público, o produto desta mistura podemos traduzir o número geral da pessoa .

## RESULTADOS - PREPARANDO O MAPA

Primeiro passo é escrever o nome completo da pessoa, empresa ou coisa analizada.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | B | C | D | E | F | G | H | I |
| J | K | L | M | N | O | P | Q | R |
| S | T | U | V | W | X | Y | Z | |

Existem também os números mestres que são 11, 22 e 33 obtidos ao final do estudo, ou seja a soma da data do nascimento mais a soma dos números do nome completo que se totalizam .

3.1 AS VOGAIS (números da alma) refletem o interior da pessoa, já que seu som é formado no interior do aparelho fonador. Ao pronunciarmos os sons de A, E, I, O e U, podemos fazê-lo com a boca quase fechada, sem sons formados pelo impacto dos lábios. Ou seja, sons que não se formam no exterior da boca. Desta forma, a letra W será considerada vogal em Wellington, mas será, uma consoante em Wanda. Da mesma forma, J é consoante para Juarez, mas é vogal para Johann (J tem, neste caso, som de I). Por isso muita atenção nos calculos, estabelecendo as diferenças entre vogais e consoantes.

3.1.2 NÚMEROS DA ALMA – Interpretação de cada número

Número 1 - Independente, individualista, tende a comandar as relações.

Número 2 - Dependente, sensível, tende a ser conduzido e a se adaptar.

Número 3 - Alegre, criativo e de temperamento infantil para bem e mal.

Número 4 - Confiável, previsível; busca relações estáveis e sólidas, mantém tradições.

Número 5 - Sensual, imprevisível, busca novidade e aventura, reage às tradições.

Número 6 - Valoriza a família, emotivo, ciumento, apaixonado e parcial.

Número 7 - Valoriza o intelecto, racional, precisa de certo isolamento, busca o equilibrio.

Número 8 - Pragmático, justo, objetivo, parece dominar, mas é ultra-sensível.

Número 9 - Energia extrema, ânsia, precisa de movimento e grandiosidade.

Número 11 - Voltado ao transcendental, precisa se sentir compreendido, o que é raro.

Número 22 - Voltado à realização do impossível, emocionalmente delicado apesar de resistente.

3.2 – AS CONSOANTES : Atenção aos sons das vogais e consoantes para seguir o cálculo correto, e não surgindo erros na interpretação final .

3.2.1 NÚMEROS DA PERSONALIDADE - Interpretação de cada número

Número 1 - Parece um pouco arrogante, pose de líder, o que direciona

Número 2 - Posiciona-se com discrição, reflete o ambiente em que se encontra

Número 3 - Muito comunicativo e simpático, às vezes um tanto exibido

Número 4 - Transmite confiança e seriedade à primeira vista

Número 5 - Parece rebelde, irônico, atraente, provocativo

Número 6 - Transmite familiaridade e hospitalidade

Número 7 - Parece frio e distante, transmite inteligência

Número 8 - Desenvolvido senso de justiça e objetividade que transparece logo

Número 9 - Pode parecer ansioso e impaciente, mas se dá bem com todo tipo de pessoa

Número 11 - Transmite um ar de mistério e parece inatingível ou incompreensível

Número 22 - Dá a impressão de ser alguém pronto para as mais difíceis empreitadas

3.2.2 SOMA GERAL – ALMA/PERSONALIDADE - Interpretação de cada número

Número 1 - Aquele que guia os outros e os representa

Número 2 - Aquele que colabora e facilita

Número 3 - Aquele que é ligado a comunicação e as relações

Número 4 - Aquele que se responsabiliza e cumpre metas

Número 5 - Aquele que rompe e se necessário estabelece as regras e as questiona.

Número 6 - Aquele que mantém as tradições e a família

Número 7 - Aquele que analisa de maneira científica e busca os detalhes

Número 8 - Aquele que faz justiça e promove a prosperidade

Número 9 - Aquele que ultrapassa e expande os limites

Número 11 - Aquele que não se encaixa em nenhum grupo específico

Número 22 - Aquele que tenda realizar o impossível

4 .0 -NÚMERO DO DESTINO -Tendências para vida pessoal e profissional

Cálculo feito através da data de nascimento seria a soma do dia, mês e ano do nascimento .Utilizaremos como EXEMPLO o dia do Terapeuta Holístico mais ano de fundação do Sindicato : 08/09/1992 = 8 + 9 + 1 + 9 + 9 + 2 = 38 = 11

4.1 O QUE SIGNIFICA NÚMERO DO DESTINO ?

Segundo consta no dicionário Michaelis, DESTINO significa “ *Encadeamento de fatos supostamente fatais; fatalidade. 2 Circunstância de ser favorável ou adversa às pessoas ou coisas esta suposta maneira de ocorrerem os fatos.”*

Na verdade destino é determinado pela providência ou pelas leis naturais, entretanto no estudo de numerologia seria a soma da data do nascimento, pois esta normalmente não é escolhida, pois acontece, então poderíamos supor que cada um tem um destino específico, respeitando, além da data em si, o meio que vive, criação, fatores externos, local de nascimento, etc...

A análise funciona fundamentamente levando-se em conta o tipo de vida que a pessoa vive, a atmosfera externa (profissão, relacionamentos) o tipo de fatos e seres que naturalmente fazem parte da vida de um indivíduo.

4.2 – INTERPRETAÇÃO NÚMERO DE DESTINO

Destino Um

Independência é seu ponto original e que deseja ter sempre liberdade de ação. Percebe com facilidade novas idéias quando elas aparecem. Aprende com facilidade, tem coragem para levar adiante suas metas. É um líder, inspira os outros com seu entusiasmo e busca constantemente soluções construtivas para vencer os obstáculos. Dominio, controle, mas muitas vezes pode parecer rude e imapaciente.

Destino 2

Seu ponto mais marcante é a observação, quanto mais detalhes melhor . Possui muita imaginação e tem o dom da harmonia. É o ser pensante, dficilmente toma decisões rápidas, precisa analisar todos os lados antes de tomar qualquer decisão. Excelente conselheiro(a) faz papel de mediador nos conflitos, conseguindo sempre algum acordo. O aprendizado do número dois é tomar decisões rápidas, precisa aprender a lidar com calma, pois tem dificuldades de concentração. E acima de tudo, por mais bem-intencionadas que as pessoas possam ser, saiba separar o Jóio do trigo e separar o que é real do falso, em outras palavras, aprenda não acreditar em tudo que falam.

Destino 3

Sua essência é a comunicação e a criatividade . Terá boas habilidades com as mãos artes, escrita . Para desenvolver seus dons deverá aprender lidar com a autocrítica, para que possa concluir suas metas. Viagens, bons amigos e conquistas no âmbito profissional são prováveis na vida de um número 3

Destino 4

O quatro frequentemente sabe ficar com o pés no chão ao tomar decisões práticas, entretanto por possuir o senso de organização, pode se tornar perfeccionista, por outro lado sabe ser condescendente ois possui o espírito da justiça. Apesar do número Quatro aprender a lidar com as emoções, família e carreira, seu trabalho será sua meta de vida, tanto profissional como cultural.

Destino 5

O cinco gosta de viver transformações, mudanças é algo comum .Possui energia e disposição e tem coragem e muita agilidade mental. Sabe encontrar soluções para os problemas. Aprende muito pela experiência de vida, porém tem dificuldades de conviver com a solidão,precisa ter sempre pessoas as sua volta, mesmo que estejam de boca fechada . Deve tomar cuidados com a impulsividade, ponto fraco do número cinco, ou seja : " quem come rápido, come cru ....."

Destino 6

Apaziguador(a), gosta do mundo azul, ou seja quer o bem estar de todos e do planeta. possui sensibilidade para música e para artes. è o tipo de pessoa emocional, ou seja sente verdadeiramente as alegrias e deficiencias das pessoas, se preocupa e as vezes comete o exagero de " comprar o problemas dos outros " O amor é sua fonte divina, sendo amistoso e cordial com a familia . Busca harmonia em todas as coisas, e consegue ver beleza até mesmo onde não existe, ou seja o número 6 é o enterno Otimista . deve tomar cuidado para não criar expecttivas nas pessoas, pois gera frustução e tristeza.

Destino 7

Cultura e aprendizado são os pontos marcantes do número 7 . Possui o dom das palavras, entende seu poder e influência. O conhecimento faz parte da sua natureza, você é muito mental e bastante introspectiva(o). Por ser extremanente analitico, gsta de ir a fundo em tudo . Apesar de parecer fria sente muita compaixão pelos outros. Seu lado místico ou espiritual logo será aflorado, visto que tem interesse pelo oculto. Seu desafio será a paciência, pois sentirá muitas vezes que o " um ser imcompreendido", por isso suas relações afetivas terão que ser conqusitadas com carinho: " não fique na toca, mostre sempre seus talentos "

Destino 8

O oito conhece o caminho da prosperidade, no entanto na busca desenfreida pelo material, acaba esquecendo os outros pontos de equilibrio. Possui muita força de vontade e energia para o trabalho Tem coragem, independencia e sabedoria, conforto, segurança e prosperidade são essenciais para sua felicidade. Seu aprendizado será encontrar o equilíbrio entre o material e o espiritual. Apesar dos desafios e conquistas materiais, precisará arpender a lidar com as reclamações: " conhece o ditado " Deus dá o frio, conforme o cobertor " ....

Destino 9

O Nove é número do ser Humanitário, possui sentimentos de amor universal consolidados em sua alma Procura comprender todas as pessoas e ajuda-los sempre que pode. Por ser idealista quer trasnformar o mundo para algo melhor. Se interessa pelo oculto e pelo mistério, e por isso sempre acha que descobriu a chave para salvação do planeta . É aquele que (acha) tem a resposa para tudo, se não conseguir satisfazer a pessoa na hora, saiba que saberá contornar tudo, pois usa as palavras que comevem o coração de qualquer pessoa. O desafio do Nove é aprender a lidar com suas próprias emoções

5 .0 NÚMERO GERAL Soma do estudo do nome completo (alma + personalidade ) ersultado deste soma-se com o número do destino (nascimento)

5.1 INTERPRETAÇÃO GERAL

O número 1

É o gerador, a explosão inicial, a agressividade. Simboliza a liderança, a iniciativa - a força em seu estado inicial.

O número 2

Enquanto o 1 é ação pura, o 2 raciocina sobre o que está ocorrendo. É a consciência, a profundidade, a sabedoria. Em seus aspectos negativos, o dualismo, a incerteza, a timidez. Simboliza a arbitragem, o tato, a diplomacia, a paciência, a escolha elaborada, a busca de detalhes, a seleção.

O número 3

É a manifestação, o Verbo. Depois de passar por um processo de seleção no 2, e de simplesmente explodir no 1, surge a necessidade de criar, de expressar-se, de transformar-se em explosão criativa, mas organizada a partir do 2. Simboliza a criatividade, as artes, a invenção, a imaginação, os contatos, a auto-expressão.

O número 4

É o momento do repouso, buscando a organização. Até então, houve a explosão (1), a seleção consciente (2) e a criatividade (3). O Homem sente necessidade de organizar-se, de buscar as próprias forças naturais: é o momento 4. Simboliza a organização, o sistema, o método, o trabalho, a limitação.

O número 5

Depois desses quatro momentos iniciais, há a necessidade de ousar, aventurar-se, tomar contato com outras realidades, de explorar mais a própria natureza e a natureza que nos cerca. É o momento 5. Simboliza a versatilidade, a impulsividade, a busca, os cinco sentidos, o destemor.

O número 6

Após a aventura, o descanso. A necessidade de um lar, uma família, uma comunidade. E, dentro desses limites, a busca da harmonia e da beleza. É o momento 6. Simboliza a harmonia, a beleza estática, o prazer gregário, a família, a comunidade, o civismo, o serviço.

O número 7

Mas somente a plenitude organizada não basta. Pressente-se que há algo mais e a necessidade de buscar, transcender-se, ir além do rotineiro, do predisposto. É o momento 7. Simboliza a busca interior, o despertar dos sentidos internos, a espiritualidade, a necessidade de estudo, especialização e pesquisa, a ânsia de ir buscar em todas as fontes, as viagens psíquicas.

O número 8

Súbito, percebemo-nos em um mundo materialista, exigente, competitivo, injusto. E sentimos necessidade de equilíbrio e de justiça. Somente a transcendência não basta; a pura espiritualidade não sustenta o corpo físico. É necessário buscar o lado material ao mesmo tempo em que desenvolvemos o lado espiritual. Com justiça e equilíbrio. É o momento 8. Simboliza o equilíbrio, a justiça, a auto-exigência.

O número 9

Depois de realizar esses oito primeiros momentos, o Homem ainda sente que lhe falta alguma coisa. Ele conseguiu, mas, e os outros? Olha em volta e vê pessoas necessitando de todo o tipo de auxílio. Vê injustiças, desequilíbrios sociais, desordem, infelicidade. Então, o Homem propõe-se a doar-se aos outros, compreendê-los e amá-los. É o momento 9. Simboliza a compreensão, doação, impessoalidade, completação.

O número mestre 11

É o 1 que vê a si mesmo e deseja melhorar. Não quer ser apenas mera explosão, mas inspiração. Simboliza aquele que se coloca em evidência, mas desejando, com essa atitude, melhorar a si e aos que o cercam- através da inspiração, da determinação e da força interior manifestada.

O número mestre 22

É o 4 não circunscrito aos seus limites. Simboliza o mestre construtor. É prático, mas, ao mesmo tempo, idealista. Procura expansão e novos caminhos, inspirando os outros a fazer o mesmo - porque sabe aliar idealismo sem devaneios a praticidade sem autolimitação.

## DISCUSSÃO

Existem hoje diferentes estudos e interpretações dos mapas numerológicos, como também posturas distintas entre autores de livros, instrutores da técnica, pesquisadores antigos e modernos . Mas o que se evindencia de fato é que praticamente todos seguem a tabela pitagórica (abaixo) que podemos entender da seguinte forma, quanto mais integração na análise do mapa, maiores serão os resultados, e maior srão as chances de ajudar as pessoas a descoberta de seus potencias.

Outra ferramenta de entendimento da técnica estaria um pouco atrás, propriamente entre os séculos III e IV antes de Cristo, os judeus da Caldéia, não só acreditavam como explicavam a organização do universo em planos de Criação formadores de 10 (dez) esferas.

A primeira delas seria a Unidade, o princípio de todas as coisas.

A segunda, a dualidade. Da união de ambas, surgiram todas as outras.

O número 3 (três), seria a Água.

O número 4, o Fogo.

O 5 (cinco), 6 (seis), 7 (sete) e 8 (oito) representariam os Pontos Cardeais.

O 9 (nove) e 10 (dez), os dois pólos da Terra.

Já naquela época o homem estava convencido de que os números têm existência real e são dotados de um poder capaz de influenciar no destino dos homens e de todas as coisas vivas.

Dentro da visão Holística, é inadimissivel supor que a numerologia possa analisar uma pessoa tomando como base aspectos negativos ou destruitivos, o máximo que podemos admitir são os VíCIOS, ou seja condutas inadequadas que no decorrer da vida a pessoa acostumou-se com atitudes de pensamentos .

*Aristóteles(*)* distingue vícios e virtudes pelo critério do excesso, da falta e da moderação: um vício é um sentimento ou uma conduta excessivos, ou, ao contrário, deficientes; uma virtude, um sentimento ou uma conduta moderados.

## TABELA DE TENDÊNCIAS

| Número | VIRTUDE | EXCESSO | DEFICIÊNCIA |
|---|---|---|---|
| 1 | Coragem | Temeridade | Covardia |
| 2 | Prudência | Ambição | Preguiça |
| 3 | Prodigalidade | Esbanjamento | Avareza |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 4 | Equilibrio | Zombaria | Rusticidade |
| 5 | Gentileza | Irritabilidade | Indiferença |
| 6 | Justiça | Inveja | Malevolência |
| 7 | Respeito próprio | Vaidade | Modéstia |
| 8 | Magnificência | Vulgaridade | Vileza |
| 9 | Temperança | Libertinagem | Insensibilidade |
| 11 | Amizade | Condescendência | Enfado |
| 22 | Veracidade | Orgulho | Descrédito próprio |

Nas três aspectos de Virtude, Excesso e Deficiência, notamos uma concordância quanto à idéia de que, por natureza, somos seres passionais, cheios de apetites, impulsos e desejos cegos, desenfreados e desmedidos, cabendo à razão (seja como inteligência, no intelectualismo, seja como vontade, no voluntarismo) estabelecer limites e controles para paixões e desejos.

Tudo é dependente de tudo mais, tudo é conectado, nada é separado. Portanto, tudo está indo pelo único caminho que pode ir. Se as pessoas fossem diferentes, tudo seria diferente. Elas são o que elas são, portanto tudo é como é."

-- G. I. Gurdjjeff

6.2 EXEMPLO

SINTE – SINDICATO DOS TERAPEUTAS -VOGAIS

| A - 1 vez | E - 3vezes | I – 3 vezes | O –2 vezes | U – 1vezes |
|---|---|---|---|---|
| 1(A) x 3 | 5 (E) x 3 | 9(I) x 3 | 6(O) x 2 | 4(U) x 1 |
| 3 | 15 | 27 | 12 | 4 |

3 + 6 + 9 + 3 + 4 = 25

6.2.1 Aspectos Interiores (NÚMERO DA ALMA) : 25 = 2+ 5 = 7

Número 7 - Valoriza o intelecto, racional, precisa de certo isolamento, busca o equilíbrio.

SINTE – SINDICATO DOS TERAPEUTAS - CONSOANTES

| S- 4 vezes | N-2 vezes | T-4 vezes | D-2 vezes | C-1 vez | R-1 vez | P-1 vez |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1(S) x 4 | 5(N) x 2 | 2(T) x 4 | 4(D) x 2 | 3(C)x1 | 9(R) x 1 | 7(P) x 1 |
| 4 | 10 | 8 | 8 | 3 | 9 | 8 |

4 + 1 + 8 + 8 + 3 + 9 + 8 = 41

6.2.2 Aspectos Exteriores (NÚMERO DA PERSONALIDADE) : 41 = 4 + 1 = 5

Número 5 - Parece rebelde, irônico, atraente, provocativo

6.2.3 – NÚMERO GERAL – ANALISADO (Alma + Personalidade ): 7 + 5 = 12 = 3

Número 3 - Aquele que é ligado a comunicação e as relações

6.2.4 DESTINO - ANALISADO (Data de Nascimento) : 08/09/1992

8 + 9 + 1 + 9 + 9 + 2 = 38 =11

É o 1 que vê a si mesmo e deseja melhorar. Não quer ser apenas mera explosão, mas inspiração. Simboliza aquele que se coloca em evidência, mas desejando, com essa atitude, melhorar a si e aos que o cercam através da inspiração, da determinação e da força interior manifestada.

6.3.4 NÚMERO DO SINDICATO (Geral + Destino) = 11 + 3 = 14 = 5

Número 5 - Aquele que rompe e se necessário estabelece as regras e as questiona.

## CONCLUSÃO

Quando compreendemos e aplicamos corretamente o código das letras e dos números, nos introduzimos numa relação direta e estreita com a inteligência subjacente do universo", afirmam Faith Javane e Dusti Bunker em seu livro La Clave Secreta de los Números (Martinez Roca).

Povos antigos já cultuavam a Numerologia como forma de autoconhecimento. Nos dias de hoje, constantemente, nos deparamos com os números. Fazendo compras, lidando com dinheiro, vencendo distâncias, telefonando, andamos de elevador. Todo o Universo está regido por números, consequentemente, as nossas vidas também.

Durante a nossa existência obtemos informações sobre nós e como estamos nos saindo por aqui. Quer seja através de um bom livro, um filme, um bate-papo entre amigos, uma voz interna que muitas vezes denominamos de "palpite", um processo psicoterapêutico (o de terapia de vidas passadas é um deles), um mapa astral, um jogo de tarot, uma escolha religiosa, enfim, qualquer coisa que nos chame a atenção. A Numerologia é uma dessas formas.

O objetivo da Numerologia é o de lançar luz sobre muitas facetas do comportamento humano. A ciência dos números é uma ferramenta prática que ajudará a lidar com seus problemas relativos a amor, ao sexo, ao casamento, a carreira e ao

dinheiro. Mais importante ainda, você poderá adquirir conhecimentos a respeito do seu futuro, e terá mais facilidade para orientar suas energias no sentido de realizar o seu potencial. A partir de hoje, você saberá a força do seu nome, a vibração que você transmite e recebe ao conhecer esta ciência maravilhosa e a harmonia e equilíbrio que os números trazem no dia a dia.

Ela nos traz informações sobre nós e por que aqui viemos. Um nome é um mantra, uma evocação. Pronunciar uma palavra é invocar um pensamento. Somos feitos de pensamentos, palavras e obras, e baseada nesse conceito, a Numerologia visa aprimorar a(s) vida(s), procurando afinar as vibrações entre seu nome e data de nascimento.

Finalmente, para que possamos lidar bem com nosso nome, não é necessário nenhuma alteração, pois nada pode ser mais depreciativo quanto ao verdadeiro potencial da numerologia que a idéia segundo a qual mudar de nome, ou uma letra do mesmo, vá operar mudanças (em geral milagrosas) na personalidade e no destino de alguém. Isto é tapar o sol com a peneira, criar castelos de areia que são facilmente destruídos ao menor sinal de vento ou tempestade. É óbvio que a numerologia não serve para operar milagres, e que a mera modificação do nome não causa efeito algum, positivo ou negativo, na vida de ninguém.

Desta forma, a crença na mudança de nome como fator de melhoramento pessoal é exatamente isto: uma crença. E a crença é vizinha da superstição, e irmã da auto-indulgência. Por isso se quer orientar uma pessoa ou mesmo para seu uso pessoal a mudança pode ser feita através da assinatura, que para um Terapeuta Holístico, soará como óbvio;

Assinaturas finalizadas para baixo, cortando, aglomerados de letras, ponto no final, são indicativos de como a pessoa se sente em relação a sua vida, ou seja o interior que se manifesta . A orientação mais adequada para uma pessoa esta fundamentada meramente em sua crença no processo, não o processo em si. Em outras palavras, pode ser uma ferramenta para que a pessoa analisada possa descobrir seus potenciais, através do simbolismo cultivado diariamente.

## REFERÊNCIAS

VIEIRA Filho, HENRIQUE – Tutorial – Terapia Holística – Edição 2002 – Sinte-Sindicato dos Terapeutas

JUNG, C.G. - O homem e seus símbolos, Rio de Janeiro, Editora Nova Fronteira, 1993, 12.Edição

JUNG, C.G - Tipos Psicológicos - Zahar Editores - RJ - 1980

HEYSS, Johann Que É Numerologia, O 2004 Editora: BEST SELLER

WESTCOTT, W. WYNN – Os Números Ed. Pensamento - 1987

CHAUI, Marilena -Convite à Filosofia - Ed. Ática, São Paulo, 2000.

ARISTOTELES, Problemata, vol.3, (org. P. Louis), Paris, Les Belles Lettres, 1994.

LIBERATO Aparecida, JUNQUEIRA Beto - Poder Que Vem Do Seu Nome SEXTANTE Edição: 2005

HITCHCOCK, Helyn - A MAGIA DOS NÚMEROS AO SEU ALCANCE - Pensamento. 1997

Brignol, Fausto Texto extraído do site www.numero-logos.s2w.com.br - 2006

MASSIMI, Marina - Revista Virtual Cictsul - Teoria dos Temperamentos - Gráfica 2000 – Lisboa site www. triplov.com /atalaia

CAMILO, Denise – CAMPELO Francisco- site : www.visãoholistica.com.br /Editoria: José Ramos dos Santos – 2006

# OS SONHOS - UMA INTERPRETAÇÃO HOLÍSTICA

## Da Tenda Do Xamã Ao Divã Do Psicanalista

---



**Henrique Vieira Filho**

**Terapeuta Holístico - CRT 21001**

http://lattes.cnpq.br/2146716426132854

https://orcid.org/0000-0002-6719-2559

## Resumo:

Milenarmente, os SONHOS são uma forma de contato com o transcendente (algo além dos limites da personalidade), por isso os indivíduos recorriam aos Xamãs, ao Sacerdotes, antecessores dos Terapeutas Holísticos, para interpretá-los, ou, ainda, para evocá-los como orientação para a vida, inclusive, divinatórias, por meio de rituais sagrados.

No ocidente moderno, sua importância foi negligenciada, até o advento da PSICANÁLISE, reencontrando nas teorias de Freud e Jung a sua função de eficaz meio de acesso ao conteúdo inconsciente, aplicando-se a associação livre como um dos instrumentos a trabalhar o conteúdo onírico.

A TERAPIA HOLÍSTICA une o antigo e o novo em suas melhores qualidades, aproveitando tanto os sonhos espontaneamente recordados, quanto os induzidos via técnicas de relaxamento, toque e exercícios de imaginação ativa.



***Bacchantes Alchemists - releitura do secular afresco da Casa dei Vettii, em Pompéia, onde próprio Artista Henrique Vieira Filho é retratado como Pentheus e sua mãe, em variadas idades, compõem as Bacantes a lhe desmembrar.***

## Introdução:

A Terapia Holística, ainda que sob outros nomes, existe desde os primórdios da humanidade, tendo na figura dos xamãs-sacerdotes a sua personificação conhecida mais antiga. Desde o princípio, nossa profissão aplicou a devida importância à conversação e à empatia como caminhos para obtenção de melhores resultados terapêuticos. Além de manter-se sempre bons ouvintes, várias técnicas eram acrescidas para ampliar a compreensão do que estava além do alcance das palavras.

Neste quesito, fatores subjetivos como os sonhos eram bastante valorizados como portal para o autoconhecimento, sendo a sua interpretação facilitada pela indução a estados alterados de consciência. Os próprios sintomas físicos do Cliente e, até mesmo, os acontecimentos sociais, eram passíveis de análise com estas mesmas técnicas.

Naqueles tempos, o paradigma Holístico reinava absoluto, porém, a partir do século V a.C., sacerdócio e terapia iniciam seu divórcio e a abordagem "científica-reducionista-elitista" cria uma nova personagem, a medicina, nascida antagônica à aborgadem "empírica-holística-acessível" de nossos ancestrais xamãnicos.

A Terapia Holística, forçada a se adaptar para sobreviver às fogueiras da inquisição e, mais modernamente, à ditadura do "cientificismo", mudou várias vezes de nome, fez concessões demais, na tentativa de incorporar a postura reducionista e mecanicista de seus algozes.

Simplesmente, focou no físico, ignorou os aspectos sócio-culturais e perdeu a "alma", desprezando o psíquico e o transcendente, esquecendo do poder das abordagens Psicoterápicas.

No começo do século 20, Sigmund Freud inicia o movimento da Psicanálise, com a divulgação de estudos que demonstravam síntomas físicos sendo criados ou suprimidos mediante sugestões hipnóticas e, numa evolução da proposta, onde se otimiza condições para que os Clientes por si só encontrem origens e explicações para seus sintomas incomodativos, que se "dissolvem espontaneamente" no decorrer destes procedimentos (método catártico).

A Psicanálise recebeu a adesão e contribuição de grandes pensadores, sendo que dois deles, em especial, podem ser assimilados com maior ênfase e compreensão à Terapia Holística: Wilhelm Reich e Carl Gustav Jung.

Um dos tópicos de maior atenção na Psicanálise é o desenvolvimento de teorias sobre as Estruturas da Personalidade. Freud, influenciado por sua formação, buscava explicar percepção, memória, pensamento, afetividade, enfim, que todo objeto de

discussão relacionado ao psiquismo, a uma sistematização sobre neurônios, modificações fisiológicas, enfim, que todos os processos psíquicos repousassem sobre aquilo que fosse FISICAMENTE mensurável. Contudo, tamanha limitação de visão foi desacartada, libertando Freud para sistematizar de forma subjetiva, estruturando didaticamente, a Personalidade em Id, Ego e Superego, aqui resumidos, de forma ultra-simplificada, em Inconsciente (a parte "inacessível" de nossa personalidade, impulsos em busca de satisfaçao), Consciente ( "eu") e Censor ("juiz" do Ego, o Ego "Idealizado").

Dissidente de Freud em vários aspectos, Reich "corporificou" o inconsciente, identificando suas informações como uma bioenergia circulante (por ele denominada "orgone"). A negação das emoções, impulsos, desejos oriundos do Id se dá pelo impedimento da livre passagem da bioenergia por meio da musculatura corporal, quer seja pela tensão excessiva (mais facilmente identificável...), ou pela ausência desta (falta de tônus), pois em ambas as situações, é prejudicado o livre fluxo energético. Observa-se aqui, um grande paralelismo (jamais assumido...) com as teorias da Terapia Tradicional Chinesa e seus Meridianos (caminhos preferenciais da energia circulante). Analisando os Clientes, Reich e seus discípulos identificaram regiões corpóreas estatisticamente predominantes, nas quais os traumas psíquicos específicos a cada fase da vida tendem a ser sua energia-informação retida em sua circulação em direção ao inconsciente. Tal mapeamento aproxima-se e muito das zonas tradicionalmente definidas para os Chacras (centros de energia), tanto nas tradições milenares da China, quanto da Índia.

Enquanto na abordagem freudiana, o Cliente segue seu próprio ritmo espontâneo de resgate do inconsciente, por meio de associações livres de idéias durante as consultas, na análise reichiana introduziu-se o TOQUE nas zonas musculaturas específicas ("couraças"), provocando a circulação da bio-energia e, com isso, o contato consciente com as emoções e lembranças reprimidas. Aqui, encontramos novos paralelos com as técnicas milenares de terapia pelo toque, atualmente conhecidas como Tui-ná, Shiatsu, Sei-Tai, dentre muitas outras.

Jung, por sua vez, em mais uma dissidência em relação a Freud, ampliou o conceito inicial de Inconsciente, que era tido como individual, ou seja, "separado" para cada indivíduo, introduzindo nele o adjetivo de Coletivo.

A análise dos sonhos (por sinal, mais uma TRADIÇÃO MILENAR de todos os xamãs, pajés e sacerdotes, ou seja, os ancestrais dos Terapeutas Holísticos de todas as culturas...) dos Clientes ostentavam, frequentemente, idéias e conceitos universais, expressos nas mais variadas culturas, perpetuadas em suas lendas e tradições. Tais coincidências significativas (Sincronicidades) nos levam a supor que, apesar de indivíduos, temos acesso, ainda que de modo INCONSCIENTE, a informações universais e oriundas do conhecimento COLETIVO.

Na abordagem junguiana, os acontecimentos psíquicos estão em Sincronicidade com os físicos e igualmente relacionados com o Universo em seu todo. Ou seja, uma abordagem verdadeiramente HOLÍSTICA. Nem tanto por Jung em si, que era apreciador do I Ching como instrumento pessoal para o autoconhecimento, mas sim, por seus seguidores modernos, temos aqui mais uma "ponte" de união entre a Psicanálise e várias outras técnicas igualmente adotadas na Terapia Holística.

Aplicação prática da teoria da sincronicidade junguiana e do paradigma holístico, faz uso da extreita conexão existente entre o objeto da análise e o instante universal em que ele se apresenta, o qual se torna interpretável por técnicas que exponham símbolos e arquétipos do inconsciente coletivo (astros, números, cartas, hexagramas, etc), pontos estes de referência sobre os quais tanto o profissional, quanto o Cliente projetam seu psiquismo, intuição e o pensamento não-linear, identificando por "insight" simultaneidades significativas acausais, aflorando à consciência a síntese uma série de fatores até então não compreendidos. Desta forma, perante uma abordagem de linha junguiana, podemos incorporar métodos tradicionais e modernos de análise, tais como radiestesia, paranormalidade, astrologia, numerologia, tarot, I Ching, búzios, runas e similares para conhecimento e compreensão da personalidade e habilidades de um indivíduo.

Com este breve paralelo entre três grandes nomes da Psicanálise e as semelhanças (ainda que JAMAIS assumidas...) entre suas abordagens e as terapias milenares, fica aqui a propositura de que se pode (e deve...) revisitar as técnicas ancestrais, sem desprezar o que a modernidade acrescentou de bom...

Especificamente sobre os SONHOS, porém, a Terapia Reichiana pouco abordou, sendo enfatizada a observação do CORPO como o revelador dos aspectos visíveis do mundo inconsciente. Já Freud, autoproclama seu livro A Interpretação dos Sonhos como sua obra mais importante. Por sua vez, a Psicanálise Junguiana seria inimaginável sem a análise do universo onírico dos Clientes.

A proposta aqui apresentada busca RE-incluir a Interpretação dos Sonhos no dia-a-dia das técnicas de abordagens somáticas (tais como Acupuntura, Fitoterapia, Terapia Corporal, Cromoterapia, Cristalterapia, etc.). Para tal, convém incluirmos o clássico, ou seja, a PSICANÁLISE, bem como as técnicas de indução ao "sonho acordado" que já praticavam nossos antecessores, os sacerdotes-xamãs.

Este trabalho é reflexo da experiência pessoal do autor, o qual, de 1982 a 1989, atuou sob o paradigma reducionista-mecanicista com Hipnose, Acupuntura, Auriculoterapia, Shiatsu e, a partir de 1990, integrou técnicas de Relaxamento, Terapia Floral, Psicoterapia Transpessoal (Vivências sobre Sonhos e Acontecimentos, Regressão/Progressão, etc), Psicanálise Reichiana e Junguiana ao seu consultório, iniciando o novo século, crendo-as bem integradas para fazer justiça à sua titulagem de Terapeuta Holístico.

## Material e Metodologia:

### 1. Definições

ACONSELHAMENTO: processo interativo, caracterizado por uma relação única entre Terapeuta Holístico e Cliente, levando este ao autoconhecimento e a mudanças em várias áreas, sendo as mais comuns: comportamento, elaboração da realidade e/ou preocupações com a mesma, incremento na capacidade de ser bem-sucedido nas situações da vida (aumento máximo das oportunidades e minimização das condições adversas), além de conhecimento e habilidade para tomada de decisão. O Aconselhamento é parte integrante do trabalho de todo verdadeiro Terapeuta Holístico, independentemente de quais outros métodos adote.

PSICANÁLISE: método terapêutico iniciado por Freud que consiste fundamentalmente na interpretação, por um analista, dos conteúdos inconscientes de palavras, ações e produções imaginativas de um indivíduo, com base nas associações livres e na transferência.

ARQUÉTIPOS E SÍMBOLOS: são padrões ou motivos universais que emanam do Inconsciente Coletivo (ou, como prefiria Jung*, Psique Objetiva), que foram incorporados por experiências reiteradas, coletivas e significativas da humanidade. Irrepresentáveis em si mesmos, contatamos seus efeitos quando se manifestam na conciência como imagens e idéias arquetípicas, ou seja, os Símbolos (melhor expressão possível para algo essencialmente desconhecido). Arquétipo e Símbolo* são opostos complementares. O primeiro representa o passado, o herdado, o coletivo, aquilo que é a Verdadeira Realidade, a qual não pode ser contactada diretamente pelo nosso racional, mas apenas indiretamente, pelos seus efeitos. O segundo, constitui a cultura, o adquirido, o individual e se manifestam na realidade relativa de nosso conhecimento e consciência. Assim sendo, os arquétipos representam a dinâmica de nosso inconsciente e os símbolos*, são as referências de nossa consciência. As estruturas arquetípicas podem ser comparadas ao eixo, ao "molde-informação" de um cristal: este, ao formar-se, obedece a um padrão de forma pré-determinado por um eixo axial, o qual não possui, entretanto, existência própria, sendo, pois, pura forma. Mesmo assim, ele pré-determina a estrutura geométrica do cristal, não impedindo, porém que surjam particularidades que os diferenciem uns dos outros. Igualmente, as estruturas arquetípicas são pura forma, que dão estrutura aos símbolos*. O arquétipo não é, necessariamente, um resíduo de experiências realmente acontecidas, sendo mais um desejo, que como tal, busca realizar-se e repetir-se. Por exemplo, não que alguma vez tenha existido um "Ancião Sábio", que a tudo conhecia. O que sempre houve foi o desejo universal no homem de que ele existisse... O universo dos

arquétipos é nosso passado vivo e nosso futuro possível, coordenadores de nossas energias, moldes comportamentais aos quais recorremos e incorporamos inconscientemente ou não, atraídos que somos pela ressonância entre nossa situação e a que eles representam.

TERAPEUTA HOLÍSTICO, em geral, procede ao estudo e à análise do cliente, realizados sempre sob o paradigma holístico, cuja abordagem leva em consideração os aspectos sócio-somato-psíquicos. Faz uso da somatória das mais diversas técnicas, pois cada caso é considerado único e deve-se dispor dos mais variados métodos, para possibilitar a opção por aqueles com os quais o cliente tenha maior afinidade: promove a otimização da qualidade de vida, estabelecendo um processo interativo com seu cliente, levando este ao autoconhecimento e a mudanças em várias áreas, sendo as mais comuns: comportamento, elaboração da realidade e/ou preocupações com a mesma, incremento na capacidade de ser bem-sucedido nas situações da vida (aumento máximo das oportunidades e minimização das condições adversas), além de conhecimento e habilidade para tomada de decisão. Avalia os desequilíbrios energéticos, suas predisposições e possíveis consequências, além de promover a catalização da tendência natural ao auto-equilíbrio, facilitando-a pela aplicação de uma somatória de terapêuticas de abordagem holística, com o objetivo de transmutar a desarmonia em autoconhecimento.

PSICOTERAPEUTA HOLÍSTICO - procede ao estudo e à análise do cliente, realizados sempre sob o paradigma holístico, cuja abordagem leva em consideração os aspectos sócio-somato-psíquicos. Atua dentro de uma proposta de transcendência dos limites da personalidade, conectando o cliente consigo mesmo, trazendo à consciência aspectos de seu "eu" mais profundo, integrando-o, ainda, com seu próprio corpo, sociedade e universo; as sessões são realizadas individualmente ou em grupo, utilizando técnicas tais como terapia corporal, relaxamento, terapia transpessoal, neurolinguística, parapsicologia, regressão, terapia floral, vivências, dentre outras, como forma de introdução a estados profundos de autoconsciência e, desse modo, permitir o aflorar tanto de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), quanto o despertar de uma sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de questões de saúde.

CLIENTE - usuário de serviços de Terapia Holística, em pleno gozo de suas faculdades mentais que, a seu juízo, ou, quando for o caso, mediante autorização de seu representante legal, aceita a proposta de trabalho terapêutico apresentada pelo profissional.

PARAPSICOLOGIA: estudo de uma série de fenômenos psíquicos, fisiológicos e físicos inabituais, ainda não explicáveis pelas leis naturais conhecidas, os quais comumente, atuam como dotados de intencionalidade e inteligência. Linha terapêutica que trabalha especificamente os chamados fenômenos paranormais, tais como,

desdobramento consciente ("viagem astral"), regressão a vidas passadas, "poltergeist", possessão e similares.

VIVÊNCIAS: realizadas individualmente ou em grupo, utiliza tanto da Terapia Corporal, quanto do Relaxamento como introdução a estados profundos de autoconsciência e, desse modo, permitir o aflorar tanto de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), quanto o despertar de uma sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de questões de saúde.

RELAXAMENTO: vários métodos são utilizados para a obtenção de uma relaxação muscular e psíquica, dentre eles a Terapia Corporal, a Musicoterapia, a Cromoterapia, a Cristaloterapia, a Acupuntura e a sugestão verbal.

"INSIGHT": termo utilizado na terapia junguiana e transpessoal - "lampejos" repentinos de uma consciência maior (quer seja sob a forma de lembranças ou de imagens simbólicas a serem decifradas) que possibilita apreender na forma de síntese uma série de fatores até então não compreendidos.

TERAPIA TRANSPESSOAL: a proposta é a transcendência dos limites da personalidade, conectando o cliente consigo mesmo, trazendo à consciência aspectos de seu "eu" mais profundo, integrando-se, ainda, com seu próprio corpo, sociedade e universo.

TERAPIA DE REGRESSÃO E PROGRESSÃO: técnica terapêutica que faz uso de diversos recursos de indução para conduzir o cliente a estados profundos de autoconsciência e, desse modo, induzir "insights" sobre a infância, a vida intra-uterina e a até mesmo transpessoais (informações além da personalidade e livres no tempo e espaço), com o aflorar de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), além de despertar a sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de suas questões, possibilitando desbloqueios e harmonia emocional.

Os conteúdos vivenciados durante o processo terapêutico devem ser elaborados conjuntamente pelo Cliente e pelo Terapeuta Holístico, o qual fará uso de aconselhamento, sendo este parte fundamental e integrante da terapia.

Realizada individualmente, utiliza tanto da Terapia Corporal, quanto do Relaxamento como introdução a estados profundos de auto-consciência e, desse modo, permitir o aflorar tanto de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), quanto o despertar de uma sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de questões de saúde.

A interpretação do material psíquico aflorado como sendo um fato real ou meramente simbólico é de exclusivo direito do cliente, que o fará de acordo com sua filosofia e crenças religiosas, jamais devendo o Terapeuta Holístico impor seu ponto de vista pessoal. Quer seja interpretado como fato concreto, quer seja considerado uma fantasia do inconsciente, tecnicamente, o que importa é que a vivência proporciona "insights" sob a forma de lembranças ou de imagens simbólicas a serem decifradas em conjunto pelo Cliente e Terapeuta Holístico, o que possibilita apreender na forma de síntese uma série de fatores até então não compreendidos, os quais, via aconselhamento, proporcionam ao Cliente condições de elaborar a vivência em autoconhecimento.

RELAXAMENTO: vários métodos são utilizados para a obtenção de uma relaxação muscular e psíquica, dentre eles a Massagem, a Musicoterapia, a Cromoterapia, a Cristaloterapia, a Acupuntura e a sugestão verbal. Ver, também, Vivências.

LEITURA CORPORAL: método de avaliação onde a interpretação do formato corpóreo ou de seus gestos, posturas e movimentos é capaz de expressar sua história de vida ou, até, mesmo, seus próprios sentimentos e pensamentos.

TERAPIA CORPORAL: uso de técnicas de toque, respiração, posturas e movimentos específicos, obtendo uma reestruturação corporal e, a partir daí, a conscientização e desbloqueio de conteúdos psíquicos traumáticos, a serem trabalhados verbalmente.

TRANSFERÊNCIA E CONTRATRANSFERÊNCIA: Transferência é a vivência de fortes sentimentos do Cliente deslocados para o profissional, no relacionamento terapêutico. São elementos reprimidos, muitas vezes, infantis, que ganham nova expressão no espaço emocional,criado pelo encontro "Profissional - Cliente", sem que este tenha consciência do fenômeno em questão. Numa direção paralela, temos os sentimentos despertados no profissional pelo cliente, que Freud denominou CONTRA-TRANSFERÊNCIA.

SONHO: Para Freud, o sonho é a expressão, ou a realização, de um desejo reprimido; para Jung, ele é a auto-representação, espontâ-nea e simbólica, da situação atual do in-consciente. Para as culturas milenares, é o contato com o transcendente, de caráter orientativo e divinatório, com acesso ao divino e até ao mundo dos mortos.

## 2. Procedimentos

**ADAPTAÇÕES DE TÉCNICAS PSICANALÍTICAS À TERAPIA HOLÍSTICA:**

O consultório deve estar aparelhado para proporcionar temperatura ambiente adequada ao conforto da pessoa atendida, luz amena, minimização de ruídos, bem como privacidade, inclusive do Cliente para com o Terapeuta Holístico.

**Análise de Sonhos:**

Um dos grandes indícios do bom andamento do processo terapêutico é o emergir constante de sonhos significativos. O sonho é parte natural do psiquismo, veículo e criador de Símbolos (melhor expressão possível para designar algo desconhecido ou incapaz de ser descrito por palavras). Contribuem no processo de individuação (percepção consciente da realidade psíquica única de um indivíduo, incluindo forças e limitações; leva à constatação de que o centro regulador da personalidade transcende o ego). Tratados com a devida atenção, ampliarão nosso autoconhecimento, trazendo subsídios para uma vida melhor.

Há milênios o material onírico é visto como um contato com o transcendente (algo além dos limites da personalidade), por isso recorriam aos antecessores dos Terapeutas Holísticos para interpretá-los, ou, ainda, para evocá-los como orientação para a vida, por meio de rituais sagrados. Podemos observar em diversas passagens do Nei Ching, milenar tratado terapêutico chinês, a importância dos sonhos para a avaliação psicofísica. Para os índios norte-americanos, os sonhos estabelecem a escolha dos xamãs; deles provém a terapêutica, o nome que se dará às crianças, além de orientar as mais diversas decisões. O Egito antigo atribuia aos sonhos um valor basicamente premonitório: ..."o deus criou os sonhos para mostrar o caminho aos homens, quando esses não podem ver o futuro"... Os sacerdotes interpretavam nos templos os símbolos oníricos de acordo com as "chaves" transmitidas de era em era, além de utilizarem de um recurso chamado "o sono sagrado", onde a pessoa era colocada em estado de relaxamento e a sua imaginação era dirigida, provocando uma espécie de "sonho acordado", muito semelhante à técnica que o autor destes textos pratica em meu consultório. Mais recentemente, a partir de Freud, a interpretação dos sonhos tenta adquirir um padrão "científico". Para ele, o sonho é expressão ou a realização de um desejo reprimido, "a interpretação dos sonhos é a estrada principal para se chegar ao conhecimento da alma". Após Jung, a tendência é tê-lo como uma compensação da visão limitada do ego (complexo central da consciência) vígil, uma "auto-representação espontânea e simbólica da situação atual do inconsciente" . O sonho seria, assim, um processo psíquico regulador, semelhante aos fenômenos compensatórios do funcionamento corporal.

A interpretação do sonho, assim como a decifração de seus símbolos, não é apenas resposta a uma curiosidade: leva a um nível superior as relações entre o

consciente e o inconsciente e aperfeiçoam suas redes de comunicação. Uma das regras para trabalhar os sonhos é não avaliá-los isoladamente. É necessário conhecer vários sonhos da pessoa, ocorridos tanto em datas próximas, quanto de outras épocas, além de, é claro, conhecer a história do sonhador, a idéia que tem de si mesmo e de sua situação, o ambiente em que ele age e como este reage nele... Cada sonho faz parte de um conjunto imaginativo; é como uma cena de um grande romance de infinitos atos. Apesar de sua aparente descontinuidade, cada um pode ter íntima correlação com os demais.

Um dos recursos que podemos utilizar é o das associações, onde o sonhador é instigado a expressar tudo o que as imagens, os objetos, as palavras, os atos, etc., de seu sonho, tomadas em grupo ou isoladamente, evocam nele, podendo assim, surgir conexões entre diversos fatores que estavam apenas latentes, manifestando laços emotivos e imaginativos insuspeitos, a princípio. Apesar da importância deste recurso, é comum uma provável interferência do racional no livre fluxo das associações. Por isso, é necessária a devida cautela na avaliação do material "espontâneo" que aflora. Um modo de dinamizar e contornar resistências do racional às associações é a "dramatização", onde a pessoa "encarna", um a um, os personagens e imagens do sonho, passando a responder a perguntas do Terapeuta Holístico como se fosse realmente a figura "incorporada". Outra ferramenta de interpretação é a "ampliação" do sonho, onde se é estimulado para "prolongar" o sonho, completando-o, dando-lhe continuidade às cenas, dirigindo-o, assim, até que se esclareça o sentido do sonho. Outra forma de "ampliação" é aquela em que o intérprete recorre, com a devida prudência, a paralelos históricos, mitológicos, etnológicos, retirados tanto do folclore, como da história das religiões e tradições, relacionando o sonho ao patrimônio psíquico e humano geral, extraindo das imagens e idéias arquetípicas (padrões universais que constituem o conteúdo básico das religiões, mitologias, lendas, etc.), os subsídios para a interpretação.

Ninguém melhor que o próprio sonhador para interpretar seu sonho, já que "ele é o autor, o ator, a cena, o diretor, o público e o crítico". O mesmo se aplica aos sintomas e às enfermidades, que podem e devem ser submetidos aos mesmos processos e técnicas com que trabalhamos os sonhos. Compete ao Terapeuta Holístico catalisar o processo, dando apoio ao Cliente, dirigindo suas associações, facilitando-as não só por meio de técnicas como as acima descritas, como também com o uso da Terapia Floral, de equilíbrio energético por meio da Calatonia Auricular, com a Terapia Corporal, ou técnicas similares. Aliás, com o auxílio destes recursos, todo processo psicossomatoterápico acontece com maior fluidez e rapidez, num ritmo raramente visto nos tratamentos convencionais.

**Vivências induzidas pela TERAPIA DO TOQUE:**

Do mesmo modo como "evocamos" os sonhos para serem trabalhados e analisados, pode-se fazer o mesmo com o corpo, interpretando tensões, zonas flácidas, partes doloridas ou sensíveis. Uma abordagem pelo toque convencional, perante situações como estas, trataria apenas de relaxar as partes tensas e enrijecer as flácidas. Já um profissional pleno, um Terapeuta Holístico, avaliaria estes dados como uma "lingüagem corporal", uma mensagem para ser decifrada e compreendida, tal qual o sonho: uma oportunidade de contato com o inconsciente. Separar o psíquico do corpo é impossível, já que ambos, na realidade, são um só, um continuum. Todo o material psíquico que tentamos manter longe de nossa consciência, corporifica, somatiza. Ou seja, o inconsciente individual é corporal. Quanto mais reprimido, quanto mais "pesado" , quanto maior o esforço para negar certos desejos e lembranças, maior será o grau de somatização, sendo esta a profunda e verdadeira causa das enfermidades. O único modo de realmente alguém se Harmonizar é através do autoconhecimento. Quanto mais material psíquico reprimido aflorar à consciência, mais e mais se revertem as somatizações. Metaforicamente, podemos dizer que fazemos parte de e que somos um Holograma Universal, onde tudo está intimamente ligado entre si, nada ocorrendo ao acaso. Microcosmos que somos, nossas energias formam um holograma onde toda e qualquer informação psíquica/física se encontra acessível em qualquer parte de nosso ser. Entretanto, decorrente do aprendizado de nossa espécie, ocorreram "especializações" funcionais, "desenhando-se" no holograma certos "caminhos" energéticos pelos quais as informações circulam com maior facilidade e, até mesmo, com uma certa "tendência" a determinadas emoções-informações-energia específicas percorrerem, também, partes do corpo em particular. "Mapeando" esta tendência é que surgiram as teorias milenares dos Cinco Movimentos e dos "meridianos" de Acupuntura, na China milenar, e os "chacras" na Índia. Ao bloquearmos, consciente ou inconscientemente, as informações psíquicas, igualmente bloqueamos as informações biológicas, prejudicando nossa capacidade de auto-equilíbrio, predispondo-nos às somatizações. Ao equilibrarmos a "circulação" energética, induzimos à "circulação" das informações psíquicas, ocorrendo os chamados "insights" ("flashs", lampejos de uma consciência maior). Uma vez aflorando à consciência estas informações e que estas venham acompanhadas de suas respectivas emoções (ex-movere = mover para fora), aí sim haverá uma verdadeira mobilização, uma chance de uma mudança na vida da pessoa. À medida em que "digerir", compreender e assimilar o material aflorado, somente aí é que ocorrerá o verdadeiro "equilíbrio energético". O desconhecimento dos profissionais de hoje destes fatores que sempre foram as bases das Terapias Milenares tem feito com que se contentem unicamente com a remissão dos sintomas, o que não significa uma solução em si. Acaba ocorrendo, isto sim, um simples adiamento ou desvio do desequilíbrio, que voltará a se manifestar no mesmo local ou desviará para outra parte do organismo. Contudo, quando o Cliente realmente aprende mais sobre si durante o

procedimento, o que se constata é uma verdadeira transmutação do desequilíbrio (que simplesmente deixa de manifestar-se, ou minimiza..) em autoconhecimento.

**Regressão:**

Para os Clientes que trazem à terapia informes de traumas, estes podem servir de ponto focal para o exercício de imaginação, no qual o Terapeuta Holístico induzirá verbalmente a uma "volta" a estas ocorrências significativas, para que as RE-vivencie em ambiente "protegido" de consultório, sendo estimulado a que exteriorize toda a gama de emoções relacionadas.

Por sua vez, existe Clientes que não trazem à terapia informações de origens de seus traumas, o que pode ser contornado induzindo-o verbalmente a que "viage" imaginativamente "voltando no tempo" até o momento de origem do problema. Em alguns casos, artifícios imaginativos podem ser aplicados, tais como, por exemplos, a imagem de um relógio cujos ponteiros giram no anti-horário, calendários com dias, meses e anos retrocedendo e outras adaptações personalizadas que evoquem a idéia de "viagem no tempo"...

Quando bem sucedido o procedimento, manifestará uma catarse, expurgando sentimentos reprimidos, trazendo-os à consciência e exteriorizando-os, comumente em "explosões" emotivas, tais como raiva, tristeza, que devem ser acolhidas pelo Terapeuta Holístico, que prestará amparo e atenção ao Cliente.

Ainda que a catarse, por si só, produza inúmeros benefícios (sensações de alívio e bem-estar, que se traduzem nos aspectos físicos-psíquicos), o processo terapêutico tem sua continuidade com Cliente e Terapeuta Holístico interpretando conjuntamente as informações afloradas, ou seja, exercita-se o ACONSELHAMENTO e PSICANÁLISE para que o conteúdo vivenciado seja traduzido para o momento presente, ampliando-se o autoconhecimento e, com isso, a capacidade de ser bem-sucedido nas situações da vida (aumento máximo das oportunidades e minimização das condições adversas), além de conhecimento e habilidade para tomada de decisão.

**Progressão:**

Para a Progressão, ainda que os procedimentos sejam os mesmos descritos acima (adaptando-se, é claro, o sentido dos artifícios do relógio e calendário a que "avancem no tempo"...), via de regra, ocorre espontaneamente durante as vivências, mas igualmente pode ser induzida, sendo aplicável para casos em que o Cliente esteja sofrendo com as possíveis repercussões futuras de suas decisões (ou falta destas...), comumente gerando ansiedades e temores.

## Resultados:

Os anos de 1982 a 1989, época em que o autor atuou sob o paradigma reducionista-mecanicista com Hipnose, Acupuntura, Auriculoterapia, Shiatsu e similares, comparados com o período pós 1990, quando inclui-se as abordagens psicoterápicas que possuem o Aconselhamento e demais abordagens Psicoterápicas como pontos essenciais, apresentam uma receptividade por perfis diferentes de Clientes, bem como resultados quantitativos e qualitativos díspares.

A fase mecanicista atraia Clientes de uma vasta gama de idades, ambos os sexos em igualdade e das mais variadas classes sociais, queixando-se basicamente de sintomas físicos, via de regra, já em tratamento médico e que permaneciam em atendimento semanal até a remissão da sintomática, em média, de um a dois meses. Uma vez que a proposta terapêutica limitava-se a objetivos mais focados ao físico, a terapêutica era breve, resultando em alta rotatividade da clientela.

Nos anos 90 e seguintes, onde se incluiu o Aconselhamento e demais técnicas Psicoterápicas, tais como a PSICANÁLISE, a proposta de trabalho ampliou-se para critérios subjetivos, tais como incremento do autoconhecimento e qualidade de vida. O perfil da clientela igualmente mudou, com predominância do sexo feminino, idade adulta, classe social alta e média alta, queixas físicas, emocionais, existenciais em igualdade e que permaneciam em atendimento semanal por longos períodos de tempo, variando de 3 a 5 anos, resultando num mínimo de rotatividade. Especificamente quanto às vivências oníricas e análises dos SONHOS, foram objetos de grande atenção, ocupando boa parte dos atendimentos, tornando-se o fator mais significativo na produção de INSIGHTS percebidos como de grande importância emocional e motivacional na vida dos Clientes.

## Discussão:

O longo período histórico em que a abordagem Holística na terapia foi duramente perseguida, culminou na perda da identidade dos profissionais da área, que passaram a "imitar" o modo de agir de OUTRAS atividades estabelecidas, em especial, a classe médica, herdando destes o modo impessoal de interagir com o Cliente, seu linguajar e até os uniformes. Como parte da herança, tanto profissionais, quanto a clientela, contentavam-se com o simples alívio dos sintomas incômodos, encerrando de forma breve o vínculo, o qual, por si só, mantinha-se na superficialidade. Desta forma, tanto

Médicos, quanto Terapeutas Holísticos, disputavam o mesmo mercado e também compartilhavam a crescente insatisfação profissional, dependente cada vez mais da quantidade de atendimentos para se atingir a justa gratificação pessoal e financeira.

Com o crescente resgate e revalorização das tradições milenares, a Terapia Holística se dá conta de que a abordagem puramente somática e reducionista lhe é insuficiente. Assim sendo, a conversação, a análise de sonhos, a interpretação das sincronicidades entre sintomas, acontecimentos da vida, os anseios transpessoais de evolução dos Clientes, enfim, um enfoque bem mais SUBJETIVO foi reintegrado ao atendimento. Este DIFERENCIAL, na verdade, uma retomada das raízes da profissão, resulta em que o público alvo deixa de ser o mesmo da medicina, e o vínculo terapêutico se torna muito mais profundo e duradouro. Desta forma, a GRATIFICAÇÃO (em todos os sentidos) origina-se da QUALIDADE da relação. Uma vez que a proposta não mais se limita à remissão de sintomas incômodos, ela se abre ao infinito, já que o autoconhecimento é um caminho contínuo e a qualidade de vida sempre pode ser ampliada, independente do estado em que se encontra o Cliente.

Tal movimento de resgate da Terapia Holística como ARTE é relativamente recente e se depara com o despreparo de muitas escolas, que esquecem de ensinar os fundamentos, no caso, o ACONSELHAMENTO, e que, contudo, ofertam em separado técnicas mais complexas, tais como Regressão/Progressão, Vivências Catárticas, resultando em pouco aproveitamento do potencial destes recursos. Desperdício equivalente ocorre nas escolas PSICANALÍTICAS, as quais, mal conseguiram conciliar as várias vertentes dissidentes entre si e, muito menos, sequer cogitam a idéia de incluir em suas matérias as técnicas milenares, ignorando por completo as várias correlações e paralelismos entre tais abordagens.

Em contraponto, o Brasil apresenta-se pioneiro na (R)evolução da Terapia Holística, coordenando-se por meio do SINTE - Sindicato dos Terapeutas, em seus contínuos esforços para o aperfeiçoamento dos materiais didáticos disponíveis, simultaneamente ao estímulo de novos talentos, dispondo-lhes de oportunidades para exposição e publicação de seus trabalhos. Objetivando a democratização do acesso à boa informação, destaca-se o trabalho da Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística, que inclui o Aconselhamento como disciplina obrigatória em todos os seus cursos, além de incluir, a parti de 2007, mais variantes do imenso leque de abordagens da PSICOTERAPIA.

Cabe à categoria profissional vencer a inércia, unir-se e apoiar intensamente estas iniciativas.

## Conclusões:

A somatória das técnicas de abordagens somáticas com as de enfoque psíquico resultam em algo maior que a soma das partes. Bem integradas, constituem a essência da Terapia Holística e em Clientes e Profissionais vivenciando uma relação terapêutica mais profunda e GRATIFICANTE.

A análise dos SONHOS, sejam os espontaneamente lembrados, sejam os induzidos por técnicas vivenciais se traduziram nos momentos mais surpreendentes e reveladores destes meus quase 25 anos de Terapia.

Bem fundamentado nas técnicas de Aconselhamento, o Terapeuta Holístico mais facilmente pode diversificar, acrescentando outras formas de Psicoterapia ao seu currículo, tais como a Psicanálise Freudiana, Junguiana e a Terapia Transpessoal (que inclui a interpretação dos sonhos, regressão, progressão, vivências, etc...). A própria trajetória de consultório deste autor comprova que não é necessária uma dedicação exclusiva à Psicanálise, podendo conviver construtivamente com muitas outras técnicas igualmente adotadas pela Terapia Holística.

Considerando que a gratificação inclui parâmetros subjetivos, é impossível quantificar-se o ganho que se obtém ao enfatizar a abordagem psicoterápica aos consultórios. Do ponto de vista meramente financeiro, o mercado certamente valoriza crescentemente aos profissionais que integram abordagens corporais às psíquicas. Quanto ao incremento na satisfação pessoal e profissional, por serem ganhos QUALITATIVOS, só existe um modo de constatar: VIVENCIANDO... E o trabalho aqui apresentado convida a todos a experienciar esta proposta.

## Referências:

"O Corpo Fala" - Pierre Weil e Roland Tompakow - Editora Vozes;

"Counseling, Santé et Développement" em www.counselingvih.org;

"Florais de Bach - Uma Visão Mitológia, Etimológica e Arquetípica" - Henrique Vieira Filho - Editora Pensamento;

"Jung e Reich - O Corpo Como Sombra" - Jonh P. Conger - Summus Editorial;

"O Microcosmo Sagrado" - 2a Edição - Henrique Vieira Filho - SinteBooks;

"Orgônio, Reich e Eros" - W. Edward Mann - Summus Editorial;

"O Processo de Aconselhamento" - Paterson / Eisenberg - Martins Fontes 1988;

"Teorias da Personalidade em Freud, Reich e Jung" - Reis, Magalhães e Gonçalves - EPU - Editora Pedagógica e Universitária Ltda;

"Tutorial Terapia Holística" - Henrique Vieira Filho - SinteBooks.

"Interpretação dos Sonhos: Ed. Comemorativa - 100 Anos" - Sigmund Freud - Editora: Imago;

"Psicoterapia Holística" - - Henrique Vieira Filho - SinteBooks;

"Dicionário de Símbolos - Mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números" - Jean Chevalier, Alain Gheerbrant - Editora: José Olympio



**Henrique Vieira Filho** é artista visual, escritor, jornalista e psicanalista.

Sua experiência de décadas como terapeuta holístico, em especial, com a Psicanálise Junguiana, lhe possibilita uma familiaridade ímpar com a mitologia e as imagens oníricas, sempre presentes em suas telas.

**Henrique Vieira Filho Na Mídia:**

Colaborou com entrevistas, artigos e consultorias para Jornal da Tarde, O Estado de São Paulo, Diário Popular,Revista Elle, Revista Cláudia, Revista Máxima, Revista Veja, Revista Planeta, Revista Capricho, Revista Contigo, Revista Saúde, Revista Boa Forma, Rádio Globo, Rádio Gazeta, Rádio Eldorado, Rádio Nova, TV Globo (Jornal Nacional, Bom Dia Brasil, Fantástico, etc.), TV Gazeta (Telejornal, Mulheres, Manhã na Paulista), TV Record, SBT (Telejornal, Jô Soares Onze e Meia, etc.), TV Jovem Pan (Telejornal, Opinião Livre, etc.), TV Cultura, TV Bandeirantes, Rede Mulher, TV Rio, dentre inúmeros outros veículos de comunicação.

**Henrique Vieira Filho Na Terapia:**

Na Terapia Holística, Henrique Vieira Filho atuou como jornalista e terapeuta que se dedicou por mais de 25 anos à normalização da profissão, gerenciando entidades como o SINTE - Sindicato dos Terapeutas (sindicato), CRT - Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística (ONG), dentre outras.

Apartidário, apolítico, é defensor da auto regulamentação profissional, onde as próprias categorias desenvolvem suas regras técnicas e éticas, criando Normas Técnicas Setoriais, de adesão voluntária, as quais são divulgadas publicamente para referência da sociedade, bem como detalhada aos profissionais por meio de literatura técnica.

Responsável direto pela implantação da Residência em Terapia Holística no Serviço Público de Saúde, onde comandou, em 05 cidades, as equipes para atendimento OFICIAL e gratuito à população com **ARTETERAPIA, psicanálise**, acupuntura, terapia floral, yoga, tai-chi-chuan, cromoterapia, fitoterapia, dentre muitas outras técnicas.

**Livros de Henrique Vieira Filho no campo da Terapia Holística:**

- O Microcosmo Sagrado – O Segredo Da Flor de Ouro Para Saúde E Autoconhecimento
- Manual Oficial do Terapeuta Holístico - Normas Técnicas Setoriais Voluntárias
- Marketing Para Consultórios de Terapia Holística
- Auto Regulamentação da Terapia Holística
- Florais de Bach - Uma Visão Mitológica, Etimológica e Arquetípica
- Florais de Bach – Fotos E Fatos
- Florais de Bach - Uma Abordagem Junguiana
- Tutorial Terapia HolÍstica
- Fitoterapia Em Cinco Movimentos
- Holopuntura – a Quintessência Da União de Técnicas
- Psicoterapia Holística - Um Caminho Para Si Mesmo
- O Corpo Como Portal Para O Autoconhecimento
- Iridologia - Novos Rumos
- Fotopsicoterapia - A Fotografia Como Instrumento Terapêutico

**Livros de e com Henrique Vieira Filho no campo das Artes:**

"Diversidade" - livro de fotografias fine art - setembro de 2016 - Editora HVF Artes - São Paulo, SP, Brasil

"Le Brésil vu par les Brésiliens" - livro de fotografias fine art - outubro de 2016 - Editora Divine - Paris, França

"Arte Brasileira Na Contemporaneidade" - Volume II - produção de Carmen Pousada - Editora Ornitorrinco - São Paulo, SP, Brasil

"Anuário de Artes" - setembro de 2017 - Luxus Magazine - São Paulo, SP, Brasil

"Anuário de Artes" - setembro de 2018 - Luxus Magazine - São Paulo, SP, Brasil